



أشهر وأحب كتب تعليمية ، وأوسعها انتشاراً

سلاح التلميز

منذ عام ١٩٦٠



6

الصف السادس الابتدائي
الفصل الدراسي الثاني



المهارات المهنية

بداخل الكتاب: ملحق المراجعة والاختبارات والإجابات



الصحة والسلامة للجميع

المحور الثالث

- الموضوع الأول: السلامة والإسعافات الأولية للحروق والصدمات الكهربائية ٦
- الموضوع الثاني: إجراءات واحتياطات السلامة في أعمال السباكة ١١
- الموضوع الثالث: المرعى ١٦
- الموضوع الرابع: اللبن الزبادي ٢٠
- الموضوع الخامس: المشروبات الصحية بديلة للمشروبات غير الصحية ٢٤
- الموضوع السادس: الوجبات السريعة ٢٧
- الموضوع السابع: البدائل الصحية للوجبات السريعة ٣١
- الموضوع الثامن: الترويج للسياحة عبر المسرح ٣٦
- شخصيات مصرية مؤثرة صفيّة زغلول ٤٠
- المستكشف النشاط السيدة روزم مورتون ٤١
- أسئلة الكتاب المدرسي ٤٦
- تدريبات سلاح التلميذ المتنوعة على المحور الثالث ٤٧
- اختبارات سلاح التلميذ على المحور الثالث ٥٠



الرؤية الفنية للعالم

المحور الرابع

- الموضوع الأول: تطوير مهارات الأعمال ٥٤
- الموضوع الثاني: فنّ تنسيق الأزهار ٥٩
- الموضوع الثالث: فنّ التطريز وإعادة التدوير للملابس ٦٣
- الموضوع الرابع: صنع «فانوس» ٦٧
- الموضوع الخامس: الترويج لابتكاراتك ٧١
- شخصيات مصرية مؤثرة د. أحمد مستجير ٧٥
- المستكشف النشاط السيدة ربيكا هوي ٧٦
- أسئلة الكتاب المدرسي على المحور الرابع ٨١
- تدريبات سلاح التلميذ المتنوعة على المحور الرابع ٨٢
- اختبارات سلاح التلميذ على المحور الرابع ٨٥
- المراجعة العامة ٨٨
- مشروع الفصل الدراسي الثاني ٩٠
- المهام الأدائية ٩٢
- اختبارات شهر فبراير لبعض المحافظات ٩٤
- اختبارات شهر مارس لبعض المحافظات ٩٧
- اختبارات سلاح التلميذ على الفصل الدراسي الثاني ١٠٠
- اختبارات بعض المحافظات على الفصل الدراسي الثاني ١١٠
- الإجابات النموذجية ١٢٠





المحور الثالث

الصحة والسلامة للجميع

سنسلط الضوء في هذا المحور على:




- طرق الاعتناء بشخص مُصاب بحروق أو حروق ناتجة عن صدمات كهربائية.
- احتياطات السلامة التي يجب أن يتبناها عمال السّباكة.
- صنع المُرَبّي واللبن الزبادي بشكل آمن وسليم.
- اتباع نظام غذائي صحي ومتوازن.
- الوجبات السريعة والمخاطر الصحيّة للمشروبات الغازية على الصحة.
- الترويج للسياحة والمناظر الطبيعية في مصر من خلال الاحتفالات الثقافية.
- أسس الأمن والسلامة في الوقوف على المسرح وما يجب مراعاته عند تأليف النص المسرحي.

السلامة والإسعافات الأوليّة للحروق والصدمات الكهربائية

الموضوع الأوّل



أهداف الموضوع  في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:

- يحدد كيفية الاعتناء بشخص مُصاب بحروق من الدرجة الأولى.
- يشرح كيفية تقديم الإسعافات الأوليّة لشخص مُصاب بصدمة كهربائية أو حرق.
- ينتج فيديو أو عرضاً تقديمياً للتوعية بالإسعافات الأوليّة لعلاج الحروق أو الصدمات الكهربائية.

لنتفاعل معاً



- هل سبق لك أن أُصبت بحروق أو بحروق أشعة الشمس؟ وكيف عالجتها؟

لنتعلم



الحروق

هي نوع من الإصابات التي تنتج عن التعرّض للحرارة أو المواد الكيميائية أو التيار الكهربائي.

أولاً: الحروق ودرجاتها

الدرجة الأولى

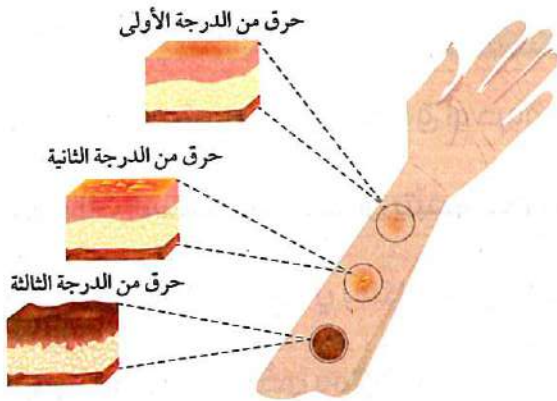
- أبسط الأنواع، إذ تتأثر الطبقة الخارجية من الجلد (البشرة)
- قد يسبب الحرق احمراراً أو ألماً للمُصاب.

الدرجة الثانية

- تؤثر على الطبقة الخارجية (البشرة) والطبقة الثانية من الجلد (الأدمة) وتكون أكثر إيلاًماً للمُصاب.
- غالباً ما يصحبها ظهور التقرّحات وخطر الإصابة بالعدوى.

الدرجة الثالثة

- أشد الأنواع خطورة؛ حيث تدمّر جميع طبقات الجلد وتتطلّب العلاج في المستشفى.

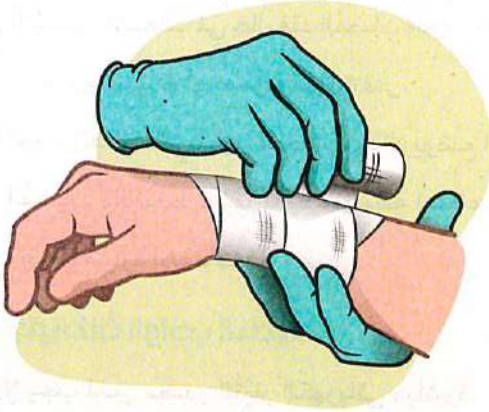


الإجراءات والإسعافات الواجب اتباعها عند حدوث حروق الدرجة الأولى البسيطة

• الإجراءات:

- أخذ حمام بارد عند الإصابة بالحروق الناتجة عن أشعة الشمس.
- إزالة أي إكسسوارات من منطقة الحرق، مثل: الخاتم أو الساعة.

• الإسعافات الأولية:



تغطية منطقة الحرق برفق ولفها
بشاش مخصص للحروق.



وضع كريم أو مرهم للحروق
على الجزء المصاب.

الإجراءات الواجب اتباعها عند حدوث حروق الدرجة الثانية والثالثة (الكبيرة)

• الإجراءات:

- يجب الاتصال بالإسعاف (١٢٣) عند الإصابة بحروق الدرجة الثانية والثالثة.

الاحتياطات الواجب اتباعها في حالات الحروق



- عدم لمس منطقة الحرق.
- عدم استخدام العلاجات المنزلية، مثل: معجون الأسنان.
- استشارة الطبيب إذا استدعى الأمر ذلك.



ثانيًا: الصدمات الكهربائية

• الإجراءات الواجب اتباعها:

- فصل التيار الكهربائي باستخدام مادة غير موصلة للكهرباء، مثل: عصا خشبية.
- التأكد من أن المصاب يتنفس بشكل طبيعي.

• الإسعافات الأولية:

- اصطحاب مصابي الصدمات الكهربائية للمستشفى لأنها قد تسبب أضرارًا داخلية.
- الاتصال بالإسعاف في حال فقد المصاب وعيه، أو أصابه دوار، أو تشوش، أو حروق شديدة، أو صعوبة في التنفس.
- إجراء إنعاش قلبي رئوي للمصاب، وذلك بوضع اليد على منتصف صدر المصاب والضغط عليها بقوة متوسطة لمساعدته على التنفس لحين وصول سيارة الإسعاف.



• الاحتياطات الواجب اتباعها:

- لا يجب لمس مصدر التيار الكهربائي مباشرة.
- لا يجب لمس شخص مازال على اتصال مباشر بتيار كهربائي.
- لا يجب تحريك الشخص المصاب بإصابة ناجمة عن الكهرباء.

لنستكشف



• ضع علامة (✓) أمام الإجراءات الوقائية الواجب مراعاتها لتجنب الحروق والصدمات الكهربائية:

- ١- توافر طفاية الحريق وأجهزة الإنذار. ()
- ٢- استخدام أسلاك كهربائية متهاكة أو غير مغطاة بمادة عازلة. ()
- ٣- تشغيل الأجهزة الكهربائية عند عدم استخدامها. ()

لنراجع



- ١- أي نوع من الحروق يُصيب الطبقة العليا من الجلد فقط؟
- ٢- كيف يمكن لفرد ما أن يُصاب بحرق أو صدمة كهربائية؟
- ٣- من هم أصحاب المهن الأكثر عُرضة للإصابة بالحروق أو الصدمات الكهربائية أثناء عملهم؟

نتعلّم من خلال التطبيق

• بعد التمرّف على طرق علاج الحروق من الدرجة الأولى والصدمات الكهربائية قم بالآتي:

- أولاً: أنشئ قائمة بمخاطر الإصابة بالحروق أو الصدمات الكهربائية وطرق الوقاية منها.

المخاطر	طرق الوقاية
١- الإصابة بحروق الشمس.	- تجنّب التعرّض المباشر لأشعة الشمس لفترات طويلة.
٢-	-
٣-	-

- ثانياً: شارك أحد أصدقائك في إنتاج فيديو يشرح كيفية تطبيق الإسعافات الأولية لمُصاب حروق من الدرجة

الأولى ثمّ قم الآتي:

١- تحديد الأدوار: (كاتب السيناريو - مُصوّر الفيديو - الراوي - المُصاب - المسعف).

٢- تحديد الصور المُعبّرة عن الخطوات الصحيحة لإسعاف المُصاب مثل الآتي:



استشارة الطبيب.



لف الجزء المُصاب بشاش.

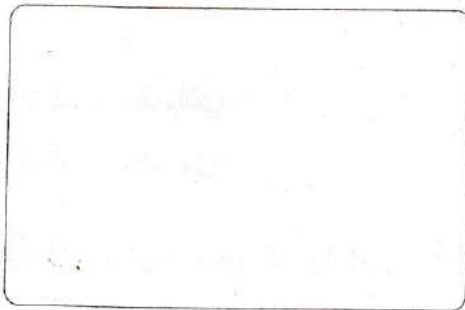


وضع مرهم الحروق.

٣- تحضير السيناريو:

- أ مكان الأحداث:
- ب سبب الإصابة بالحرق:
- ج الإجراءات المتخذة:

- ثالثاً: صمّم ملصقاً عن طرق الوقاية والسلامة كما بالمثال الآتي:



اختبر نفسك على الموضوع الأوّل

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يجب الاتصال برقم (١٢٣) في حالة الحروق البسيطة. ()
- ٢- عند الإصابة بحروق الشمس من الضروري الاتصال بالإسعاف. ()
- ٣- حروق الدرجة الثانية تكون أكثر إيلاًماً من حروق الدرجة الأولى. ()
- ٤- ممنوع لمس الشخص الذي مازال على اتصال مباشر بالتيار الكهربائي. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- تتأثر الطبقة الخارجية فقط من الجلد بالحروق من الدرجة
 أ الرابعة ب الثانية ج الثالثة د الأولى
- ٢- يجب فصل التيار الكهربائي في حالة الصدمات الكهربائية بأداة
 أ حديدية ب خشبية ج نحاسية د معدنية
- ٣- تتطلّب حروق الدرجة الثالثة العلاج في
 أ المستشفى ب المنزل ج المدرسة د الشارع
- ٤- يجب عمل إذا وجد المصاب صعوبة في التنفس.
 أ علاج منزلي ب كمادات ج إنعاش قلبي د جبيرة

٣ صنّف الإجراءات الآتية عند الإصابة بالحروق أو الصدمات الكهربائية في الجدول:

(وضع كريم حروق - إنعاش رئوي - الاتصال بالإسعاف - تغطية منطقة الحرق - عدم تحريك المصاب)

الحروق البسيطة	الصدمات الكهربائية
.....
.....
.....

٤ فكّر ثمّ أجب ممّا يأتي:

١- ما المقصود بالحروق؟

٢- أيّهما أشد خطورة؛ حروق الدرجة الأولى أم الدرجة الثالثة؟ ولماذا؟

إجراءات واحتياطات السلامة في أعمال السبّابة

الموضوع الثاني



أهداف الموضوع  في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:

- يحدد مخاطر أعمال السبّابة.
- يشرح احتياطات السلامة التي يجب أن يتبّعها السبّاكون.
- يطبّق احتياطات السلامة المهنية أثناء أداء أعمال السبّابة البسيطة.

لنتفاعل معاً



- ما المخاطر التي تواجه السبّاكين خلال عملهم؟ وكيف لهم أن يتجنّبوا الإصابات؟

لنتعلّم



- السلامة في العمل.

- تتعدّد احتياطات السلامة المهنية التي يتبّعها السبّاكون أثناء العمل، وتُسهم هذه الاحتياطات في حمايتهم من الإصابات والأمراض.

مخاطر أعمال السبّابة والاحتياطات الواجب اتخاذها للوقاية منها

(I)

- استنشاق الأبخرة والرصاص والمواد الكيميائية الموجودة في مياه الصرف الصحي أو الغبار الناتج عن الحفر.
- التعرّض للأنابيب الساخنة والمياه الساخنة.

احتياطات السلامة:

- ارتداء الأقنعة وقفّازات السبّابة والنظّارات الواقية.
- العمل على توفير التهوية المناسبة.



(II)

- الانزلاق والتعرّض؛ يمكن أن يؤدي إلى إصابة العمّال بسبب الأدوات والمواد المتناثرة.

احتياطات السلامة:

- ترتيب أماكن العمل للتقليل من مخاطر التعرّض.
- ارتداء أحذية السلامة (المانعة للانزلاق).





(٣)



- إصابة العينين بالسوائل المتناثرة والحطام المتساقط.

• احتياطات السلامة:

- ارتداء نظارات السلامة لتفادي إصابة العينين.

(٤)



- التعرّض للصدمات الكهربائية.

• احتياطات السلامة:

- الحرص على عدم تيلُّ الأسلاك والشرائط الكهربائية.

(٥)



- التعرّض للحرق أو حدوث الحرائق نتيجة استخدام مشعل البروبان للحام الأنابيب.

• احتياطات السلامة:

- إبقاء لهب مشعل البروبان على مسافة بعيدة عن الشخص وعن المواد القابلة للاشتعال.

(٦)



- التعرّض للسقوط من الأماكن المرتفعة.

• احتياطات السلامة:

- استخدام سلالم أو سقالات مناسبة.

يجب ارتداء الخوذات الواقية الصلبة في المواقع الصناعية

للتكشيف



• أحد السبّاكين المبتدئين يقوم بأول مهامّه، ساعده في تحديد تدابير السلامة التي يحتاجها:

١-

٢-

للتراجع



١- ما المخاطر التي قد تهدّد سلامة الأشخاص في مواقع عمل السبّاكة؟

٢- ما أهمّ نصيحة سلامة قد تُسديها للسبّاكين؟

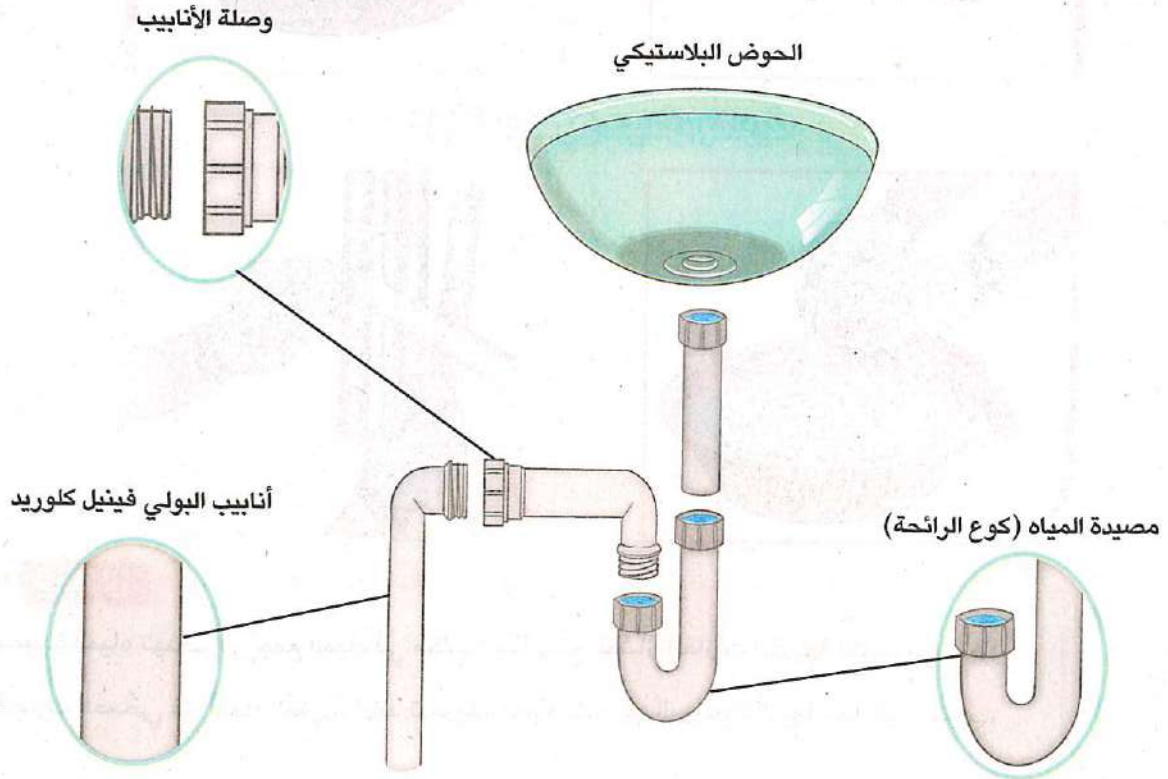
٣- ما فائدة استعانة السبّاك بمساعد؟

نتعلم من خلال التطبيق

- بعد معرفة إجراءات السلامة المُتبعة في أعمال السَّباكة، انظر إلى الرسم التخطيطي، وتعرّف طريقة صناعة حوض بالبالوعة (مصرف).

المواد اللازمة

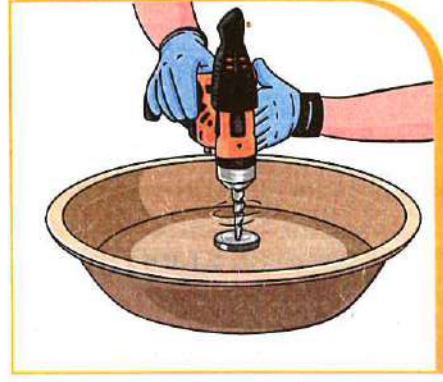
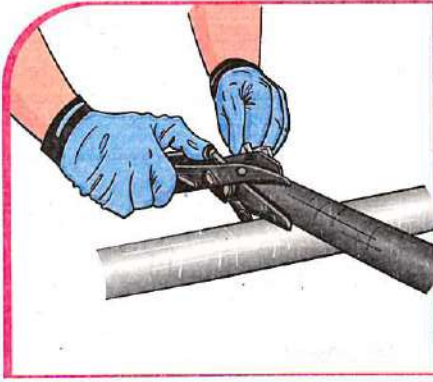
- ١- وعاء بلاستيكي كبير (ليكون بمثابة حوض).
- ٢- تجهيزات أنابيب البولي فينيل كلوريد.
- ٣- معجون لاصق مخصّص لهذا النوع من الأنابيب.
- ٤- منشار (لقطع الأنابيب).
- ٥- شريط مضادّ للماء أو شريط سبّاكة.
- ٦- مياه وكوب (حافية) صغيرة لجمع الماء.
- ٧- قلم تأشير أو طبشور.
- ٨- نظّارات واقية وأقنعة وقفاّزات سبّاكة.
- ٩- مجموعة متنوعة من أنابيب البولي فينيل كلوريد المُنحنية والمستقيمة المُلوّبة.



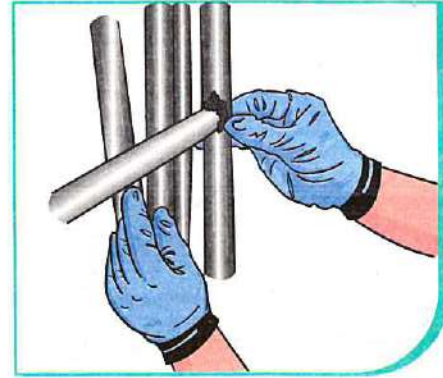


الخطوات

- ١- عمل ثقب في أسفل الحوض البلاستيكي، على أن يكون حجم الثقب أصغر بقليل من قطر أنبوب البولي فينيل كلوريد المستقيم.
- ٢- تقطيع الأنابيب إلى الأشكال الصحيحة؛ لإعداد البالوعة ومصيدة المياه، مع الالتزام بإرشادات السلامة.
- ٣- قطع الأنبوب مباشرة على نحو مستقيم تاركًا سطحًا مستويًا.
- ٤- جمع الأنابيب معًا باستخدام تجهيزات الأنابيب والمعجون اللاصق المخصص للبولي فينيل كلوريد.
- ٥- ترك المعجون يجف تمامًا.
- ٦- صب الماء في الحوض لاختبار عدم تسريب الأنابيب، مع استخدام وعاء لجمع الماء.
- ٧ - في حال حدوث أي تسرب للمياه، يتم تجفيف المنطقة واستخدام شريط مضاد للمياه أو شريط سباكة.



خطوات تمليح حوض بصرف



لاحظ أن



مصيدة المياه تهدف إلى جمع المياه في مكانها؛ مما يمنع انتشار الغازات الكريهة الناجمة عن نظام الصرف الصحي في أنحاء المنزل، فعند تصريف المياه، تُصرَّف الروائح الكريهة معه عبر الأنبوب.

اختبر نفسك على الموضوع الثاني

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- ترتيب أماكن العمل يُقلِّل من مخاطر التعرُّث. ()
- ٢- اتِّباع احتياطات السلامة يحمي السِّبَّاكين من الأمراض. ()
- ٣- ارتداء الخوذات ضروري في المواقع الزراعية. ()
- ٤- يجب توخِّي الحذر عند لحام الأنابيب لتجنُّب الإصابة بالكسور. ()
- ٥- يمكن تجنُّب الإصابات الناتجة عن المواد المتناثرة بالالتزام بإجراءات السلامة. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- يجب توافر لحماية السِّبَّاك من الأبخرة الخطرة.
 أ الأحذية المتينة ب القفَّازات ج التهوية المناسبة د السقَّالات
- ٢- يستخدم السِّبَّاك القفَّازات للحماية من
 أ الأبخرة ب الحروق ج التعرُّث د السقوط
- ٣- يرتدي السِّبَّاكون للحماية من التعرُّث.
 أ القفَّازات ب أحذية السلامة ج الأقنعة د الخوذات اللينة
- ٤- قد يتعرَّض السِّبَّاك لخطر الحرق عند استخدام للحام الأنابيب.
 أ مشعل البروبان ب السقَّالات ج نظَّارات السلامة د القفَّازات

٣ صل الخطر من العمود (أ) بإجراء السلامة المناسب من العمود (ب):

(أ)	(ب)
١- استنشاق المواد الكيميائية.	(أ) عدم تبليل الأسلاك.
٢- الصدمات الكهربائية.	(ب) استخدام السلالم والسقَّالات المناسبة.
٣- السقوط من أعلى.	(ج) ارتداء الأقنعة.

٤ حدِّد فائدة لكل من:

١- أحذية السلامة:

٢- نظَّارات السلامة:



المُرَبَّى

الموضوع الثالث

أهداف الموضوع  في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:

- يحدّد القيمة الغذائية للمُرَبَّى.
- يشرح كيفية صناعة المُرَبَّى مع مراعاة احتياطات السلامة الأساسية.
- يقترح حلولاً للمشكلات التي قد تحدث أثناء عملية صناعة المُرَبَّى.

لنتفاعل معاً



- تعود بدايات المُرَبَّى إلى ١٥٠٠ عام. في رأيك، ما الذي دفع الناس إلى صنع المُرَبَّى؟ وأيّ النكهات تفضّل؟

لنتعلّم



- ما المُرَبَّى؟ وكيف تُصنع؟

المُرَبَّى

هي خليط مكوّن من ثمار الفاكهة أو بعض الخضراوات مضافاً إليها السُّكَّر، وحمض الستريك (ملح الليمون) يتم طهوها على درجة حرارة عالية تصل لـ ١٠٥ درجة مئوية حتى يتماسك قوامها.

أهميتها

تُعتبر مصدراً جيداً للفيتامينات والأملاح المعدنية.



مكوناتها

تحتوي على نفس العناصر الغذائية الموجودة بالفاكهة المصنوعة منها.

الخطوات الأساسية لصنع المُرَبَّى

الأدوات

- لوح تقطيع وسكين.
- إناء كبير لطهي المُرَبَّى وميزان رقمي.
- برطمانات زجاجية للتعليب بأغطية.
- ملعقة تقليب وأداة لرفع البرطمان.



المكوّنات



- فاكهة طازجة وسُكّر.
- البكتين لتماسك القوام (اختياري) ونجد بعض الفاكهة تحتوي على نسبة عالية من البكتين مثل التفاح.
- حمض الستريك لحفظ المربّي (5 جرامات لكل كيلوجرام من السُكّر المضاف للمربّي).

الإعداد والتحضير للمكوّنات



- يجب غسل الفاكهة جيّداً وتقطيعها، وإزالة الأجزاء غير الصالحة للأكل أو المتعفّنة.
- تحديد كميّة السُكّر التي نحتاجها (كيلوجرام من السُكّر لكل كيلوجرام من الفاكهة) وإذا تمت إضافة كمية غير مناسبة من السُكّر ستصبح نكهة المربّي غير مرضية.
- يمكن إضافة البكتين (مادّة طبيعية مُستخلّصة من الفاكهة تساعد على تماسك المربّي) وإذا لم تتم إضافته يمكن أن يجعل قوام المربّي سائلاً للغاية.

خط المكوّنات وطهيها



- وُضِعَ الفاكهة والسُكّر في إناء، ورفق الخليط على النار للطهي وإذابة السُكّر مع التقليب.
- إضافة حمض الستريك إلى الخليط بعد وضعه في القليل من الماء الدافئ.
- الاستمرار في التقليب حتى الوصول لدرجة نضج المربّي.

تحضير البرطمانات والأغطية



- تعقيم البرطمانات بغمرها بالماء في إناء، وتركها تغلي لمدة عشر دقائق.
- رفع البرطمانات من الإناء باستخدام أداة مُخصّصة، ثم تعقيم الأغطية.

التعليب



- تُعبأ المربّي وهي ساخنة في البرطمانات، وتُترك حتى تبرد، ثم تُغلق بإحكام.



لنستكشف



أكمل الجدول التالي مع كتابة سبب كل مشكلة وكيفية تجنبها:

المشكلة	السبب	تجنب المشكلة
١- نكهة المربى غير حلوة كفاية.	زيادة نسبة السكر.
٢- قوام المربى سائل للغاية.	نقص كمية البكتين.
٣- فساد المربى سريعاً.	التخزين الصحيح.

لنراجع



١- ما خطوات صناعة المربى؟

٢- ما المخاطر التي قد تواجهك خلال عملية صنع المربى؟ ما الذي يجب عليك فعله لتجنب الحروق وغيرها من الإصابات؟

٣- هل عملية صنع المربى يدوياً وبيعها ستكون فكرة جيدة لنشاط تجاري؟ لماذا؟ برّر إجابتك.

نتعلم من خلال التطبيق

إرشادات السلامة الواجب اتباعها لتجنب الإصابة وصنع منتج صالح للاستهلاك:

غسل الفاكهة جيداً وإزالة الأجزاء المتعفنة.

إضافة حمض الستريك للمربى كمادة حافظة لحمايتها من التلف.

إبعاد مقبض القدر عن حافة البوتجاز عند طهي المربى.

استخدام الملقط لرفع البرطمانات من الماء المغلي.

تعقيم البرطمانات قبل تعبئة المربى لقتل البكتيريا.

الحذر عند إفراغ المربى الساخن في البرطمانات.



اختبر نفسك على الموضوع الثالث

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تُطهى الفاكهة وتُحلى لصنع المُرَبَّى. ()
- ٢- يجب إضافة مقدار متساوٍ من السُّكَّر والفاكهة لصناعة المُرَبَّى. ()
- ٣- تحتوي المُرَبَّى على كمّية كبيرة من البروتين. ()
- ٤- عدم إضافة البكتين يجعل قوام المُرَبَّى سائلاً. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- تُعدُّ المُرَبَّى مصدرًا جيدًا
 أ للنشويات ب للفيتامينات ج للدهون د للبروتين
- ٢- بعض الفاكهة قد لا تحتاج لإضافة البكتين لاحتوائها على نسبة عالية منه ومنها
 أ الخوخ ب الموز ج التفاح د العنب
- ٣- من الأدوات التي نحتاجها أثناء صنع المُرَبَّى
 أ الميزان الرقمي ب الأنابيب ج الأقفحة د القُفَازات
- ٤- يُستخدم حمض في صناعة المُرَبَّى.
 أ الفسفوريك ب الهيدروليك ج الخليك د الستريك

٣) أكمل الجُمْل الآتية ممّا بين القوسين:

(المتعفّنة - ساعة - الفيتامينات - السُّكَّر - برطمانات)

- ١- تُعدُّ مُرَبَّى الفراولة مصدرًا جيدًا لـ
- ٢- تحديد الكمّية المناسبة من مهم جدًا لصنع المُرَبَّى.
- ٣- يلزم إزالة الأجزاء من الفاكهة عند صناعة المُرَبَّى.
- ٤- بعد طهو المُرَبَّى يتم تعبئتها في معقمة.

٤) رتّب الخطوات الآتية لصنع المُرَبَّى:

- ١- تحضير الأدوات. ()
- ٢- تعقيم البرطمانات وتعبئة المُرَبَّى بها. ()
- ٣- خلط المكونات وطهيها. ()

٥) فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- ما النسبة المناسبة للسكر في صنع المُرَبَّى؟

٢- ما الفائدة من استخدام البكتين في تحضير المُرَبَّى؟



اللبن الزبادي

الموضوع الرابع

أهداف الموضوع في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:

- يحدّد كيفية صناعة اللبن الزبادي بطريقة صحيحة.
- يقترح حلولاً للمشكلات التي قد تواجهه أثناء صناعة اللبن الزبادي.
- يصنع اللبن الزبادي ويخطط لحملة ترويجية لمشروع صناعة الزبادي.

لنتفاعل معاً



- متى تأكل الزبادي؟ ما بعض الطرق المختلفة لتقديم الزبادي؟

لنتعلّم



- كيفية صناعة اللبن الزبادي.

- الزبادي هو عبارة عن لبن مُتخمّر بأنواع من بكتيريا حمض اللاكتيك؛ وهي بكتيريا مفيدة للجهاز الهضمي.
- يُعدُّ مصدرًا جيدًا للبروتين والكالسيوم.
- وجبة خفيفة يمكن تناولها على الإفطار أو العشاء.

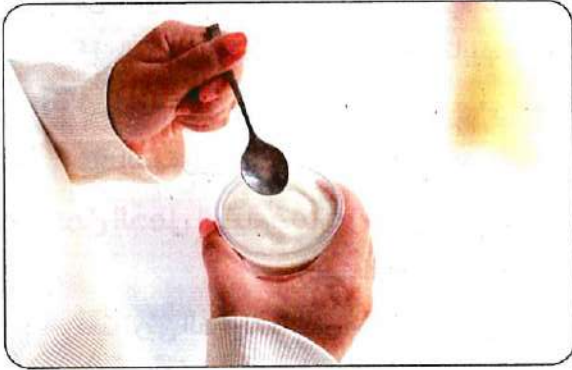
خطوات صناعة الزبادي

١- التسخين

- يتم تسخين اللبن إلى ٩٠ درجة مئوية لمدة عشر دقائق:
- تُعتبر هذه أفضل درجة لقتل الميكروبات الضارة.
- يعمل على تحسين القوام النهائي.

٢- التبريد

- يتم تبريد اللبن بسرعة لتصل درجة حرارته إلى ٤٠ درجة مئوية:
- تُعتبر هذه أفضل درجة حرارة لنمو البكتيريا المفيدة (النافعة).
- التبريد يعمل على تجنب نمو الميكروبات الضارة.



٣- إضافة بادئات التخمر

- يمكن استخدام بادئات تخمر (زبادي من يوم سابق)، ويتم إضافته بمقدار (٢ملعقة صغيرة / كيلوجرام لبن).
- يُذاب البادئ في قليل من اللبن المُبرّد عند ٤٠ درجة مئوية، ثم يُعبأ في عبوات بلاستيكية نظيفة وجافة.

٤- التحضين

- يتم حفظ الخليط في درجة حرارة تتراوح ما بين ٤٠ و ٤٥ درجة مئوية لمدة ٤-٨ ساعات.
- خلال عملية التحضين يتم تحويل **سُكّر اللاكتوز** (سُكّر اللبن) إلى حمض اللاكتيك، ويحدث ذلك بواسطة البكتيريا النافعة؛ ممّا يعطي الزبادي قوامه السميك.

٥- حفظ الزبادي في الثلاجة

- يُحفظ الزبادي في الثلاجة في حاويات معقّمة ومغلقة.

بعض العيوب التي تظهر عند صنع الزبادي في المنزل وأسبابها

العيوب

طعم الزبادي لاذع أو حمضي.

السبب

فترة التحضين استغرقت وقتاً طويلاً.

العيوب

الزبادي قوامه غير متماسك.

السبب

انخفاض درجة حرارة التحضين عن أقل من ٤٠ درجة مئوية.

العيوب

تشريح الزبادي
(ظهور الشرش على السطح).

السبب

ارتفاع درجة حرارة التحضين،
وطول مدتها.

لنستكشف



• اختر أحد الطرق التي يُمكن استخدامها للحفاظ على درجة حرارة الزبادي خلال مرحلة التحضين:

- ()
- ()
- ()

- ١- حمّام ماء بارد.
- ٢- حمّام ماء دافئ.
- ٣- الثلاجة.



لنراجع



- ١- لماذا يصبح قوام الزبادي غير متماسك في بعض المحاولات؟
- ٢- هل ترغب في العمل في مصنع إنتاج زبادي؟ لماذا؟
- ٣- ما الأطعمة والمشروبات الأخرى التي تعرفها والتي تُخمر باستخدام البكتيريا المفيدة أو الخمائر؟ لماذا يخمر الناس الأطعمة؟

نتعلم من خلال التطبيق

الإرشادات الواجب اتباعها لضمان صنع منتج صالح:



بعد عمل الزبادي، قيّم عملك:

- المنتج النهائي:
 - أ سيئ
 - ب متوسط
 - ج جيد
 - د ممتاز
- الخطوات التي تم تنفيذها:
 - أ منظمة
 - ب غير منظمة
 - ج فائقة التنظيم
 - د سيئة
- التحسينات والتعديلات المقترحة:

قم بالترويج لمنتجك من حيث:

- القيمة الغذائية:

- المذاق والقوام:

اختبر نفسك على الموضوع الرابع

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يمكن تناول الزبادي كوجبة غذائية خفيفة. ()
- ٢- نستخدم البكتيريا الضارة لصناعة الزبادي. ()
- ٣- يُعدُّ الزبادي مصدرًا جيدًا للبروتين. ()
- ٤- يمكن استخدام الزبادي من يوم سابق كبادئات تخمير. ()
- ٥- تستمر فترة التحضين من ٤ - ٨ أيام. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- يُعدُّ الزبادي لبنًا مُنخَمَرًا بأنواع من
 أ الجراثيم ب البكتيريا ج الفطريات د الطحالب
- ٢- تعمل عملية على تحسين القوام النهائي للبن.
 أ التبريد ب التحضين ج التسخين د التعليب
- ٣- البكتيريا المستخدمة في صناعة الزبادي تفيد الجهاز
 أ العصبي ب الدوري ج التنفُّسي د الهضمي
- ٤- أفضل درجة حرارة لنموِّ البكتيريا المفيدة هي
 أ ٤٠° ب ٦٠° ج ٨٠° د ٩٠°
- ٥- يصبح طعم الزبادي حمضيًّا إذا زادت فترة
 أ البسترة ب التحضين ج التسخين د التبريد

٣ أكمل الجُمْل الآتية ممَّا بين القوسين:

(الزبادي - الشرش - ٤٠ - اللاكتوز - ٩٠)

- ١- يؤدي ارتفاع درجة حرارة التحضين إلى ظهور على سطح الزبادي.
- ٢- أثناء صناعة الزبادي تتكاثر البكتيريا النافعة وتُحوَّل سكر إلى حمض اللاكتيك.
- ٣- يُسخَّن اللبن في الخطوة الأولى لصناعة الزبادي لدرجة درجة مئوية.
- ٤- يُعدُّ مصدرًا جيدًا للبروتين والكالسيوم.

٤ اذكر سبب كلٍّ من المشكلات الآتية:

- ١- الزبادي قوامه غير متماسك.
- ٢- طعم الزبادي لاذع جدًا أو حمضي.
- ٣- ظهور الشرش على السطح.

المشروبات الصحيّة بديلة للمشروبات غير الصحيّة



الموضوع الخامس

أهداف الموضوع  في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:

- يشرح المخاطر الصحيّة للمشروبات الغازيّة.
- يقترح بدائل للمشروبات الغازيّة.
- يسلّط الضوء على أهميّة التثقيف الصحيّ والغذائي للوقاية من سوء التغذية وغيرها من الأمراض.

لنتفاعل معاً



- ماذا تحبّ أن تشرب عندما تشعر بالعطش؟ إلّا تعود شهرة المشروبات الغازية؟ كم مرة تشربها؟

لنتعلّم



- الآثار السلبية للمشروبات الغازيّة.



المشروبات الغازيّة تحتوي على:

السكّرات

تؤدي إلى مشكلات صحيّة منها:

- زيادة الوزن.
- ارتفاع ضغط الدم.
- زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والسرطان.
- مرض السكري من النوع الثاني بسبب ارتفاع مستويات السُّكَّر والأنسولين بالدم.

المُحلّيات الصناعيّة (بدائل السُّكَّر)

تُعدّ المشروبات الغازيّة الدائت خيارًا غير صحيّ لأنها تؤثر سلبيًا على البكتيريا المفيدة الموجودة في الجهاز

الهضمي؛ ممّا يتسبب في:

- زيادة الشهية وبالتالي زيادة استهلاك السعرات الحرارية مما يؤدي لزيادة الوزن.
- تقليل قدرة الجسم على معالجة السُّكَّر؛ ممّا يؤثر على امتصاص العناصر الغذائية الأساسية ويجعلها أكثر صعوبة.

حمض الفوسفوريك

- يعوق عملية امتصاص الجسم للكالسيوم الضروري لصحة العظام.



الوجبات السريعة

الموضوع السادس

أهداف الموضوع في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:

- يحدّد بعض المخاطر الصحيّة المترتبة على تناول الوجبات السريعة.
- يميّز بين القيمة الغذائية للوجبات السريعة والوجبات الصحيّة المنزلية.
- يحدّد مناظرة حول استهلاك الوجبات السريعة ما بين مؤيّد ومعارض.

لنتفاعل معاً



• ما مقدار تناولك للوجبات السريعة؟ ما رأيك في ذلك؟

لنتعلّم



الماضي الجميل



• الطعام المعداد في المنزل:

- غنيّ بالنكهات اللذيذة والمكوّنات الصحيّة والمُغذّية.
- يوفّر الاحتياجات الغذائية لكل مرحلة من مراحل النمو (الطفولة، المراهقة، البلوغ، الشيخوخة).
- يوفّر الاحتياجات الغذائية اللازمة لممارسة الألعاب الرياضية المختلفة.

• الكبدّة الإسكندراني:

- تُطهى مع الفلفل الملون وهي وجبة لذيذة للغاية وصحيّة.
- الكبدّة مصدر غني بالعديد من العناصر الغذائية، مثل: البروتين، الحديد، والفيتامينات (B2 و B12 و A).
- الفلفل يحتوي على العديد من العناصر الغذائية، مثل: حمض الفوليك، البوتاسيوم والفيتامينات (K1 و A و E و C).

الوقت الحاضر

• الوجبات السريعة وأسباب انتشارها:

- ظهور سلاسل مطاعم الوجبات السريعة الدولية في المدن المصرية خلال فترة التسعينيات.
- تقديم الأكشاك والمطاعم المصرية المحليّة الوجبات السريعة بسعر مناسب.
- طول ساعات العمل في المدن الكبرى مما يدفع العاملين لطلب الوجبات السريعة لتمدهم بالطاقة.



أضرار الوجبات السريعة

١- تحتوي على نسبة عالية من السُّكَّر والدهون والكربوهيدرات، وتفتقر إلى الألياف والفيتامينات والأملاح المعدنية.

٢- تُسبِّب العديد من الأمراض، مثل:

- ضغط الدم.
- أمراض الكبد الدهني.
- مرض السُّكري من النوع الثاني.
- سوء التغذية.
- زيادة الوزن أو السُّمنة.
- فقر الدم الناتج عن نقص الحديد.

٣- تؤدي إلى تأخُّر النموَّ عند الأطفال وسوء التغذية لأنها تفتقر للعناصر الغذائية اللازمة للنموَّ السليم.

٤- تجعل الجسم يتلقى كمية كبيرة من الطاقة دون الحصول على ما يكفيه من العناصر الغذائية مما يؤدي لزيادة الوزن وسوء التغذية.

٥- كشفت الإحصاءات إصابة أكثر من ٣٥ ٪ من الأطفال وتقريبًا ٤٠ ٪ من البالغين في مصر بزيادة الوزن.

لنستكشف



• استخدم بعض المكونات الآتية لتكوِّن وجبة سريعة صحيَّة تحتوي على العناصر الغذائية الأساسية.

دجاج مشوي - دجاج مقلي - قطعة لحم مشوية - أرز - مكرونة - خبز - سلطة خضراء - بطاطس مقلية - حلوى - فاكهة - عصير طبيعي - مشروب غازي - عصير صناعي.

مكوِّنات الوجبة:

لنراجع



- ١- ما أهميَّة تناول الأطفال والمراهقين على وجه الخصوص الأطعمة الصحيَّة؟ هل للبالغين احتياجات غذائية مماثلة؟ وماذا عن الرياضيين؟
- ٢- ما مبررات تناول الوجبات السريعة؟
- ٣- اكتب ثلاثة أسباب لتناول الوجبات السريعة، وما يقابلها من مميَّزات للوجبات الصحيَّة.

القيمة الغذائية

- ونستخلص من هذا أن المشروبات الغازيّة لا تحتوي على الفيتامينات، المعادن، البروتينات والألياف.
- الإفراط في تناول المشروبات الغازيّة التي تحتوي على السُكّر فقط دون أي عناصر غذائية مفيدة يؤدي إلى تقليل تناول الأطعمة الصحيّة الغنية بالعناصر الغذائية المفيدة للجسم وأيضاً تؤدي إلى الإصابة بسوء التغذية.

لنستكشف



- ساعد صديقك على اختيار مشروب صحي من المشروبات الآتية (القهوة - العصير الطبيعي - المياه الغازية):
- ١- المشروب هو:
- ٢- لماذا يُعدّ هذا المشروب صحيّاً؟

لنراجع



- ١- ما السبب الأكثر إقناعاً للتقليل من تناول المشروبات الغازيّة؟
- ٢- هل تعتقد أنّك ستتناول كمّيّات أقلّ من المشروبات الغازيّة؟ لماذا؟ برّر إجابتك.

نتعلّم من خلال التطبيق

- بعد التعرّف على الآثار الضارّة للمشروبات الغازيّة، يجب العمل على تثقيف الآخرين حول البدائل الصحيّة التي تضمن الحصول على تغذية جيدة عن طريق:
- ١- إعداد عرض تقديمي يوضح المخاطر الصحيّة للمشروبات الغازيّة.
- ٢- اقتراح بدائل صحيّة للمشروبات الغازيّة.
- أكمل الجدول الآتي:

المشروبات	الإضافات	المحتوى الغذائي	النكهة واللون	السبب الذي يجعله بديلاً صحياً
عصير البرتقال	الجزر	فيتامين: A , C طاقة - ألياف	اللون: برتقالي النكهة: طبيعية	يحتوي على عناصر غذائية مفيدة لنموّ الجسم
عصير الليمون

اختبر نفسك على الموضوع الخامس

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تُسبب المشروبات الغازية العديد من المشكلات الصحيّة. ()
- ٢- تحتوي المشروبات الغازية على مكونات مفيدة للجهاز الهضمي. ()
- ٣- تزيد المشروبات الغازية من الوزن. ()
- ٤- تؤثر المشروبات الغازية سلبيًا على صحّة العظام. ()
- ٥- تمدنا المشروبات الغازية بكمية كبيرة من الفيتامينات. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- تحتوي المشروبات الغازية على كمّيات عالية من
 أ الألياف ب المعادن ج البروتينات د السكريات
- ٢- تحتوي المشروبات على مكونات ضارة بالجهاز الهضمي.
 أ الطازجة ب المثلجة ج الغازية الدايت د العشبية
- ٣- السكريات الموجودة بالمشروبات الغازية تُسبب ارتفاع مستوى بالدم.
 أ الفيتامينات ب الألياف ج البروتينات د الأنسولين
- ٤- المشروبات الغازية الدايت تؤثر سلبيًا على البكتيريا المفيدة بالجهاز
 أ العصبي ب الهضمي ج التنفسي د الحركي
- ٥- المشروبات الغازية تعمل على زيادة
 أ الوزن ب البروتينات ج الفيتامينات د الحرارة

٣ أكمل الجمل الآتية ممّا بين القوسين:

(الغازية - المفيدة - حمض الفوسفوريك - البروتين)

- ١- يعوق امتصاص الجسم للكالسيوم.
- ٢- تخلو المشروبات الغازية من العناصر الغذائية
- ٣- استبدال المشروبات الصحيّة بالمشروبات يؤدي لسوء التغذية.

٤ فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- ما النتيجة المترتبة على الإفراط في تناول المشروبات الغازية؟

.....

٢- لماذا المشروبات الغازية الدايت ليست خيارًا صحيًا؟

.....

٣- السُّكريات الموجودة في المشروبات الغازية تؤدي إلى مشكلات صحيّة، حدد اثنتين منها.

.....

نتعلّم من خلال التطبيق

- بعد تعرّفك على أضرار الوجبات السريعة، قم بقراءة المناظرة التالية، ثم أكمل:

المناظرة



- هي تبادل الآراء والحُجج؛ حيث يقدّم أحد الفريقين حُججًا لصالح موضوع ما ويقدم الفريق الآخر حُججًا ضده ويُرَدُّ كل فريق على حُجج الفريق الآخر.

اختر أحد الفريقين

الفريق (أ) معارض للوجبات السريعة



• الحُجج التي سيقدمها الفريق:

- المخاطر الصحيّة: تسبب أمراضًا خطيرة.
- العناصر الغذائيّة: تفتقر للعناصر الغذائيّة الأساسية.
- النمو: تعيق النمو الصحي وتؤثر سلبيًا على الصحة.

الفريق (ب) مؤيد للوجبات السريعة



• الحُجج التي سيدافع بها الفريق:

- الأسباب الاقتصادية: توفر خيارًا سريعًا وميسور التكلفة.
- حل عملي: تُعتبر خيارًا مناسبًا لمن ليس لديهم وقت أو أموالهم محدودة.
- اختيار شخصي: تُعد جزءًا من الحياة، ويمكن التحكم بكمية استهلاكه.

طور حُججك

- **الحُجّة القويّة:** هي الحُجّة المدعومة بالأدلة، مثل: الحقائق، والبيانات الإحصائية، والتجارب الشخصية.
- يمكن الحصول على مصادر المعلومات الموثوقة عن طريق استخدام المكتبات وشبكة الإنترنت، وبنك المعرفة المصري، والجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء (CAMPAS)، ومقالات الصحفيين الموثوقين.

• الحُجج ومصادرها:

- الحُجّة:
- المصدر:

• الحُجج المحتملة للطرف المقابل والرد عليها:

- يجب أن يكون المناظر على استعداد للردّ على حُجج الطرف المقابل.
- الحُجّة:
- الرد:

اختبر نفسك على الموضوع السادس

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- الوجبات السريعة غنية بالمكوّنات الغذائية الصحيّة. ()
- ٢- تساعد الوجبات السريعة على نموّ الأطفال بشكل صحيّ. ()
- ٣- تحتاج ممارسة الرياضة إلى تناول وجبات منزلية صحيّة. ()
- ٤- ترتفع نسبة المُصابين بالسمنة في مصر بسبب العادات الغذائية غير الصحيّة. ()
- ٥- وجود الأفراد لأوقات كبيرة في العمل شجّعهم على تناول الوجبات المُعدّة بالمنزل. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- تحتوي الوجبات الصحيّة المُعدّة بالمنزل على كمّيات كبيرة من
 أ الملح ب النشويات ج الفيتامينات د السُكّر
- ٢- ساهمت الوجبات السريعة في زيادة انتشار أمراض
 أ الدرن ب الكبد الدهني ج الأنفلونزا د الكورونا
- ٣- اكتسبت مطاعم الوجبات السريعة المصرية شعبية بسبب
 أ التكلفة المناسبة ب التكلفة الباهظة ج المكوّنات الصحيّة د تشبّعها بالمُغذّيات

٣ أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(السمنة - الوجبات السريعة - الدهون - الطاقة - فقر الدم - البروتين)

- ١- يصاب العديد بمرض بسبب تناول الوجبات السريعة.
- ٢- يُسبّب نقص معدن الحديد مرض
- ٣- الأطعمة السريعة تعطي كمّية كبيرة من دون الحصول على العناصر الغذائية.
- ٤- تُوفّر مطاعم الطعام بسعر مناسب.
- ٥ - تُعدّ الوجبات السريعة مصدرًا غنيًا بـ

٤ فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- اذكر اثنين من الأمراض التي تسببها الوجبات السريعة.

٢- ما الفوائد الصحيّة للطعام المُعدّ في المنزل؟



البدايل الصحيّة للوجبات السريعة

الموضوع السابع

أهداف الموضوع في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:

- يحدّد البدائل الصحيّة للوجبات السريعة.
- يناقش مخاطر الوجبات السريعة والمشروبات الغازيّة ويسلّط الضوء عليها.
- يعدّ بحثاً من مصادر موثوقة، ويكتب تقريراً عن المخاطر الصحيّة المحتملة للوجبات السريعة.

لنتفاعل معاً



- هل معرفة أضرار الوجبات السريعة تؤثر على استمتاعك بها عند تناولها؟ علماً بأن الوجبات الصحيّة لها قيمة غذائية أكبر من الوجبات السريعة.

لنتعلّم



- إعداد الأطعمة الصحيّة واختيارها.

بعد معرفة المخاطر التي تُسببها الوجبات السريعة والمشروبات الغازيّة، يجب رفع مستوى الوعي بالآتي:



- احتواء الوجبات السريعة على نسبة عالية من الدهون، والسكريات، والملح.
- افتقار الوجبات السريعة للعناصر الغذائية الأساسية والألياف.
- ضرورة قراءة العبارات المدوّنة على العبوات الغذائية؛ من أجل مقارنة قيمتها الغذائية بالمعلّبات الغذائية الأخرى واختيار الأفضل.
- لا بُدّ من تشجيع استبدال الوجبات السريعة بالبدائل الصحيّة المُعدّة بالمنزل.

بعض الأمثلة للوجبات السريعة وبدائلها الصحيّة

الوجبة الأطعمة المقلية بالزيت، وبخاصّة عندما تكون الدهون غير صحيّة

البديل الصحي



الأطعمة المشوية أو المطهّوة بالبخار أو في الفرن بكميّة قليلة من الزيت الصّحي، مثل زيت الزيتون.

الحلوى والمُعجّنات التي تحتوي على نسبة عالية من السُّكَّر

الوجبة



الوجبات الخفيفة التي تحتوي على نسبة منخفضة من السُّكَّر أو بدون سُّكَّر، مثل: الفاكهة مع الزبادي أو الفواكه المُجفّفة أو البسكويت المُدعم بالشوفان والحبوب الكاملة.

البديل الصحي

رقائق الذرة والبطاطس التي تحتوي على كمّيات عالية من الملح والدهون

الوجبة



الأطعمة قليلة الدسم والملح، مثل الفشار أو المكسّرات.

البديل الصحي

الخبز والكمك المصنوع من الدقيق الأبيض (منخفض الألياف)

الوجبة



الخبز الذي يحتوي على دقيق الحبوب الكاملة أو مسحوق الفول السوداني والبذور يحتوي على نسبة عالية من الألياف والمغذّيات.

البديل الصحي

اللحوم منخفضة الجودة، والخبز الأبيض والأطعمة التي تحتوي على كمّيات عالية من الملح

الوجبة



الأطعمة المُعدّة في المنزل، مثل: البرجر قليل الملح واللحوم الخالية من الدهون أو البقوليات ذات الجودة الأفضل، والخبز المصنوع من الحبوب الكاملة، ومزيج الخضراوات، مثل: السلطة.

البديل الصحي



• الأطعمة الصحيّة... نكهة ألذ.

- هي أطعمة لذيذة ومشبعة وغنيّة بالعناصر الغذائية الأساسية.
- إضافة الأعشاب، التوابل، الثوم، والبصل تضيف نكهة ومذاقاً لذيذاً على الوجبات.
- دمج مجموعة متنوعة من المكونات والعناصر الغذائية يضيف مزيداً من التميز للوجبة.
- إضافة الخضراوات، الحبوب الكاملة، البقوليات، ومسحوق الفول السوداني يرفع القيمة الغذائية للوجبة.

• أمثلة لأطباق التقليدية المصرية:

الملوخية

أحد الأطباق ذات القيمة الغذائية العالية.

الفول المدمّس

مصدر نباتي للبروتين والألياف.

المحشي

عبارة عن لف أو حشو الأوراق أو الخضراوات بالأرز والطماطم والبصل والبقدونس وغيرها من الأعشاب، وتشتهر به دلتا النيل.

الصيدية

عبارة عن طبق من السمك والأرز، وتشتهر به المناطق الساحلية.

المندي

عبارة عن دجاج أولحم مطهو على الفحم في براميل مدفون تحت الأرض، وتشتهر به سيناء.

الويكا (البامية) والكشك الصميدي (بدقيق القمح) تشتهر بهما منطقة الصعيد.

أخصائي التغذية

هو شخص متخصص في الرعاية الصحيّة مع التركيز على مجال التغذية والحالات الصحيّة المرتبطة بها، ويشجع على تناول الطعام الصحي، ويساعد على وضع خطط ووجبات لتحسين الصحة.

لنستكشف



• اختر إحدى الوجبات السريعة مع ذكر مكوناتها، ثم حدد التعديلات اللازمة لتصبح وجبة صحيّة ومفيدة.

- الوجبة:
- المكونات:
- التعديلات:



لنراجع



- ١- ما المعلومات التي ستدرجها في التقرير عن مخاطر الوجبات السريعة والمشروبات الغازية؟
- ٢- ما الوجبات الخفيفة غير الصحية التي تستمتع بها؟ ما الخيار الصحي الذي يمكنك تناوله بدلاً عنها؟
- ٣- ما المهارات والمعارف التي يحتاج إليها أخصائي التغذية؟ هل ستستمتع بممارسة هذه المهنة؟

نتعلم من خلال التطبيق

- بعد معرفة المخاطر الصحية المحتملة المرتبطة بتناول الوجبات السريعة والمشروبات الغازية بانتظام، حدد المكونات الصحية مع ذكر فوائدها، واستخرج المكون غير الصحي واقترح بديل له؛ لتصبح الوجبة صحية بالكامل كما بالمثل (أ):

الوجبة (أ)



- المكونات الصحية بالوجبة: الملوخية.
- الفوائد الغذائية للوجبة: غنية بالألياف والفيتامينات والمعادن.
- المكونات غير الصحية بالوجبة: الخبز يحتوي على الدقيق الأبيض - المياه الغازية.
- البديل الصحي: خبز يحتوي على دقيق الحبوب الكاملة - مياه أو عصير طبيعي.

الوجبة (ب)



- المكونات الصحية بالوجبة:
- الفوائد الغذائية للوجبة:
- المكونات غير الصحية بالوجبة:
- البديل الصحي للمكون غير الصحي بالوجبة:

- اختر بعض الوجبات غير الصحية، ثم حدد مدى تأثيرها على الصحة، ثم اذكر البديل الصحي لها.

الوجبة السريعة	الأثر الصحي	البديل الصحي
١-		
٢-		

اختبر نفسك على الموضوع السابع

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تحتوي الوجبات السريعة على نسبة عالية من الدهون. ()
- ٢- تشير العبارات المدونة على العبوات الغذائية إلى قيمتها الغذائية. ()
- ٣- تناول الأطعمة المشوية هو البديل للأطعمة المقلية. ()
- ٤- الدقيق الأبيض صحي أكثر من دقيق الحبوب الكاملة. ()
- ٥- تُعدُّ رقائق البطاطس من الأطعمة قليلة الدسم. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- تفتقر الوجبات السريعة إلى
 أ الألياف ب الدهون ج السُّكَّر د الملح
- ٢- زيت الزيتون من الزيوت
 أ الضاربة ب المتحولة ج الصحية د المهدرجة
- ٣- للحفاظ على الصحة يُفضَّل تجنُّب تناول الطعام
 أ المشوي ب المخبوز ج المسلوق د المقلي
- ٤- إحدى الوجبات الخفيفة غير الصحية
 أ الفواكه المُجفَّفة ب البسكويت بالشوفان ج الحلوى د الزبادي

٣ صوِّب ما تحته خط في العبارات الآتية:

- ١- تُعدُّ رقائق البطاطس من الأطعمة قليلة الدسم والملح. (.....)
- ٢- يُعدُّ البرجر مصدرًا نباتيًا للبروتين والألياف. (.....)
- ٣- البرجر الجيد والصحي يُصنع في المطعم. (.....)
- ٤- يحتوي مسحوق الفول السوداني على نسبة عالية من السُّكَّر. (.....)

٤ فكِّر ثمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- كيف تؤثر إضافة الأعشاب والتوابل على الوجبات؟

.....

٢- ما أهمية قراءة العبارات المدونة على العبوات الغذائية؟

.....



الترويج للسياحة عَبْر المسرح

الموضوع الثامن

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:



أهداف الموضوع

- يؤلف مسرحية من مشهد أو اثنين للترويج للسياحة.
- يحدد طرق تحضير الأزياء المسرحية ووضع التصميم.
- يشرح كيفية الالتزام باحتياطات السلامة على خشبة المسرح.

لنتفاعل معاً



- ما الذي يدفع الناس للسفر إلى بلدان أخرى؟ كيف يمكنك إقناع الآخرين بزيارة مصر؟

لنتعلم



- مسرحية صفيّة.
- يمكن إعداد مسرحية تروّج للسياحة في مصر عَبْر تناول بعض الموضوعات، مثل:
 - أساطير أجدادنا المصريين القدماء (أسطورة رَع).
 - المواقع الأثرية العريقة التي بناها المصريون القدماء.

خطوات إعداد مسرحية صفيّة

اتّباع اعتبارات السلامة
على المسرح.

تصميم الأزياء والمواقع
والعناصر الداعمة.

تأليف سيناريو
من مشهد أو اثنين.

١ تأليف السيناريو:

- يتعاون جميع التلاميذ في كتابة السيناريو وتأليف حبكة المسرحية.

٢ تصميم الأزياء والمواقع والعناصر الداعمة:

- يتم اختيار مُخرج مسرحي، وفنّي إضاءة، ومدير مسرح، وممثلين بالمسرحية من التلاميذ.
- يتشارك جميع التلاميذ في استخدام:
 - ١- قصاصات الورق والنسيج الملون في صناعة أزياء المسرحية.
 - ٢- خامات من البيئة المحيطة لتصميم وبناء الديكور مثل الشرائح الكرتونية.
 - ٣- الورق لرسم المشاهد ووضعها في الخلفية.



٣ اعتبارات السلامة على المسرح:

• للحفاظ على سلامة جميع مَنْ بالمسرح، يجب الحرص على:

- عدم وجود أسلاك إضاءة أو ميكروفون على الأرض لتجنب التعثر.
- عدم سطوع إضاءة المسرح في عيون الحضور لتجنب إزعاجهم.
- عدم لمس مُعدّات الإضاءة إلّا من قِبَل الفني المختصّ بذلك.
- إتقان تركيب الديكورات مثل الجدران والأبواب والنوافذ لضمان عدم سقوطها وتسببها في إصابات.
- التأكد من اتباع الممثلين للتعليمات حول مكان الوقوف وكيفية التحرك لتفادي تصادمهم أو تعثرهم.

لنستكشف



• قم بتأليف مشهد من مسرحية تتناول قصة حياة الملك أحمس وكفاحه

ضد الهكسوس مستعيناً بالآتي:

- الشخصيات: الملك أحمس - أمّه (إياح حتب).
- الزمان: العصر الفرعوني (عصر قدماء المصريين).
- المكان: مدينة الأقصر.
- الحوار:



لنراجع



- ١- ما العلاقة بين الترويج للسياحة في مصر والاحتفاء بها؟
- ٢- ما العناصر التي تتكوّن منها المسرحية الآمنة والمُمتعة؟



نتعلّم من خلال التطبيق

- اقرأ مشهد عن أسطورة من أساطير المصريين القدماء ثُمَّ قُمْ بكتابة الحوار مستعيناً بالمشهد الآتي:

المشهد:

في الصباح بغرفة هادئة بإنجلترا، حيث تتسلل أشعة الشمس الذهبية عبْر النافذة الكبيرة تقف الطفلة الصغيرة أنيتا مستغرقة في تأملاتها. يلفت نظرها زائر غير عادي - طائر يحط على نافذتها. لكن هذا ليس طائراً عادياً، إنه الإله رع، إله الشمس عند قدماء المصريين، يأتي في زيارة خاصّة ليأخذها في رحلة شقّقة عبْر الزمن، يكشف لها فيها عن جمال مصر القديمة والحديثة.

(أ) بعد قراءة المشهد أكمل الآتي:

الشخصيات	الزمان	المكان	العقدة	الخاتمة
- أنيتا. - الطائر.		- غرفة هادئة - إنجلترا.		

(ب) حدّد العناصر الداعمة للمشهد:

١ - تصميم الموقع: ديكور نافذة في غرفة وخلفية لوحات على الجدران لمناظر مصرية.

- المواد اللازمة:

٢ - تصميم الأزياء: تصميم رداء فرعوني طويل بألوان ذهبية للإله «رع».

- المواد اللازمة:

لاحظ أن

- المشهد: هو جزء من المسرحية ككل.

- الإعداد: هو إطار المكان والزمان اللذان تحدث فيهما المسرحية.

- الحبكة: هي سلسلة من الأحداث المترابطة.

اختبر نفسك على الموضوع الثامن

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يجب أن تكون إضاءة المسرح ساطعة في عيون الحضور. ()
- ٢- نستخدم قصاصات الورق في صناعة أزياء المسرحية. ()
- ٣- يجب ترك أسلاك الإضاءة على الأرض. ()
- ٤- المشهد هو جزء من المسرحية ككل. ()
- ٥- الحبكة هي سلسلة من الأحداث المترابطة. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يمكن صناعة مسرحية عن المعبودات ومنها رَغٌ للدعاية إلى مصر.

أ العراق	ب السورية	ج المصرية	د المغربية
----------	-----------	-----------	------------
- ٢- يمكن صنع أزياء المسرحية الصفيّة من

أ قطع الحديد	ب النسيج الملوّن	ج الماء	د الصخور
--------------	------------------	---------	----------
- ٣- نستخدم شرائح الكرتون في المسرحيات الصفيّة لصناعة

أ الأزياء	ب الشخصيات	ج الديكورات	د الإضاءة
-----------	------------	-------------	-----------

٣ أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(المشهد - الأزياء - السياحة - الأسلاك - الإعداد - الإضاءة)

- ١- يمكن استخدام المسرح للترويج عن
- ٢- يُعدُّ جزءاً من أحداث المسرحية ككل.
- ٣- الإطاران المكاني والزمني اللذان تحدث فيهما المسرحية هو
- ٤- لتجنّب تعثر الممثلين أثناء المسرحية يجب إزالة من على أرض المسرح.
- ٥- يُستخدم النسيج الملوّن في صناعة الخاصة بالمسرحية الصفيّة.

٤ فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- كيف يمكن تجنّب اصطدام الممثلين ببعضهم على المسرح؟

.....

٢- ما أهمية إتقان تركيب الديكورات على المسرح؟

.....

٣- ما المخاطر المحتملة من الأسلاك الموجودة على أرض المسرح؟

.....

صفية زغلول



مَن هي؟

- وُلدت عام ١٨٧٨م، وتوفيت عام ١٩٤٦م.
- صفية مصطفى فهمي ابنة مصطفى فهمي باشا من أوائل رؤساء الوزارة في مصر منذ أن عرفت مصر نظام الوزارة.
- سُميت صفية زغلول نسبة إلى زوجها القاضي المصري سعد زغلول باشا، الذي تولّى فيما بعد منصب رئيس الوزارة في مصر.
- أحبّت القراءة وأجادت اللغة الفرنسية واحتوت مكتبتها الخاصّة على مجموعة من الكتب واللّوحات الفنّية لمختلف الفنانين في ذلك العصر.
- ركّزت على حقوق المرأة في وقت كانت حقوق المرأة المصرية فيه قليلة.

أهم إنجازاتها:

- قادت النساء المصريّات من كافة الخلفيات الاجتماعية والاقتصادية في المظاهرات بشكلٍ سلمي في ثورة ١٩١٩م لتحرير مصر من الاحتلال البريطاني.
- اكتسبت النساء المصريّات حقوقاً أكثر، وأصبحت تشترك في كل مجالات المجتمع، وقد ساهمت السيدة صفية زغلول بالعديد من الأنشطة التطوعية لخدمة المجتمع والدفاع عن حقوقه.

تكرمها

- لُقّبها المصريون «بأمّ المصريين»؛ وذلك تعبيرًا عن حبّهم لها، واحترامًا لمشاركتها في حصول مصر على استقلالها من الاحتلال البريطاني، وعلى تعزيز حقوق المرأة.
- كتابة العديد من المقالات حول شجاعتها.
- سُميت بعض الشوارع في محافظتي القاهرة والإسكندرية باسمها.


بعد وفاتها

- تمّ دفنها بجوار زوجها سعد زغلول باشا، في حي السيدة زينب بشارع سعد زغلول في محافظة القاهرة.
- تمّ تحويل منزل آل زغلول المعروف بـ «منزل الأمّة» إلى متحف.



المستكشف النشاط

الموضوع العاشر

أهداف الموضوع  في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يوضح كيفية الحفاظ على صحته وسلامته.
- يجري بحثًا عن حقيبة الإسعافات الأولية.
- يصمم دليلًا يتضمن بعض الإرشادات حول الإسعافات الأولية.

لنتفاعل معًا



- ما أهمية اتباع احتياطات الأمن والسلامة المهنية؟ وكيف يمكنك الحفاظ على سلامتك في المدرسة؟

لنتعلم



السيدة روزم مورتون

- مستكشفة لدى ناشيونال جيوغرافيك.
- ممرضة تعمل بقسم الجراحة في أحد مستشفيات الولايات المتحدة الأمريكية.
- قامت بتصوير حياتها كممرضة خلال جائحة (كوفيد - ١٩).
- وثقت من خلال الصور التي قامت بالتقاطها خلال الجائحة إجراءات السلامة المتبعة ومعدات الوقاية الشخصية التي كان العاملون في مجال الرعاية الصحية يستخدمونها لمنع انتشار الفيروس.
- وثقت اتباع الإجراءات الاحترازية في المستشفيات (ارتداء الكمامات والنظارات الواقية والقفازات) والتي أدت إلى الحد من انتشار الوباء.
- تعمل مورتون في قسم الجراحة؛ حيث تختص برعاية المرضى الذين يعانون من إصابات أو حالات مرضية تتطلب تدخلًا جراحيًا، ويجب عليها التأكد من توافر كل ما يحتاج إليه الفريق الجراحي أثناء الجراحة.

روزم مورتون والشباب

- قامت بتوعية الشباب ومساعدتهم على اتباع نمط حياة سليم وصحي من خلال:
 - اختيار أطعمة مغذية.
 - ممارسة الرياضة بانتظام.
 - الحصول على قسط كاف من النوم.
 - البقاء على تواصل مع أفراد الأسرة والعائلة.

مهنة التمريض



- هي مهنة أساسية في أي مستشفى.
- يتلقّى العاملون في مجال التمريض تدريباً لكي يتمكنوا من تقديم الإسعافات الأولية للأفراد الذين يعانون من حالات طَبَّية طارئة من بينها النوبات القلبية، السكتات الدماغية، الكسور، والآلام المبرحة والجروح الخطيرة.
- يحرص الممرضون في المقام الأول على تقديم الرعاية للأشخاص الذين يحتاجون إليها.
- يؤدي الممرضون عملاً قيماً ويقدمون إسهامات عظيمة للمجتمع.
- يحظى العاملون في مجال التمريض بتقدير كبير لجهودهم في رعاية المرضى.

بعض التخصصات المختلفة في مجال التمريض

• ممرضو غرف الطوارئ:

- يقومون برعاية الأشخاص الذين يحتاجون إلى إسعافات أولية أو عناية فورية بسبب إصابتهم أو مرضهم.
- يعملون مع الأطباء لتحديد ما إذا كانت المشكلة تستدعي علاجاً سريعاً، أم أنها تتطلب مزيداً من العناية المركزة.

• ممرضو قسم الجراحة:

- يقومون بالتأكد من وجود كل ما يحتاج إليه الفريق الجراحي أثناء الجراحة.
- العمل كممرض مساعد لجراح يتطلب تجهيز المعدات والأدوات أثناء الجراحة وإعطائها إلى الجراحين خلال إجراء الجراحة.

لنستكشف



• اختر المهارات اللازمة لنجاح العاملين في مهنة التمريض:

- ١- القدرة على العمل تحت ضغط.
- ٢- العزلة والانطواء.
- ٣- القدرة على المرونة والتكيف.
- ٤- القدرة على العمل الجماعي.

لنراجع



- ١- فكّر في الوظائف التي يمتنّونها والداك. ما الاحتياطات التي يتخذونها لضمان سلامتهما أثناء العمل؟
- ٢- توجد عدة أنواع من المهن في المستشفيات من بينها الأطباء، الممرضون، الصيادلة، موظفو الاستقبال، سائق سيارات الإسعاف والمسعفون، هل تود العمل في مجال الرعاية الصحية؟ إذا كانت إجابتك بنعم فما المهنة التي تثير اهتمامك؟

نتعلّم من خلال التطبيق

• جراحات مجرى الهواء، غالبًا ما يتم إجراؤها في الحالات الحرجة التي يُعيق فيها جسم غريب مجرى الهواء.

• الإسعافات الأولية لحالات الاختناق التي قد تحدث في الحياة اليومية:

- ١- إذا كان الشخص يستطيع التنفّس فشجّعه على السعال.
- ٢- إذا كان الشخص لا يستطيع السعال، فقم بإمالةه إلى الأمام ووجّه إليه ضربات قوية بين لوحَي كتفيه.
- ٣- إذا كان الشخص لا يتمكّن من التكلّم أو التنفّس، فقم بإجراء ضغطات البطن.

• خطوات إسعاف شخص مُصاب بالاختناق:





حقيبة الإسعافات الأولية

• محتوياتها:



• في ضوء ما تم عرضه، أجب عن الأسئلة الآتية:

- أين توجد حقيبة الإسعافات الأولية في المنزل؟

- أين توجد حقيبة الإسعافات الأولية في المدرسة؟

- من المؤهل للتعامل مع حقيبة الإسعافات الأولية داخل المدرسة؟

- كيفية إيقاف النزيف.

- كيفية مساعدة فرد فاقد للوعي وما زال يتنفس، حتى يصل المسعفون.

- هل يجب التأكد من تواريخ انتهاء صلاحية مكونات حقيبة الإسعافات الأولية بانتظام؟



اختبر نفسك على الموضوع العاشر

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تعمل السيدة مورتون كممرضة لدى أحد مستشفيات إنجلترا. ()
- ٢- وثقت مورتون إجراءات السلامة خلال جائحة كورونا عن طريق الأفلام السينمائية. ()
- ٣- اتباع الإجراءات الاحترازية يساعد على الحد من انتشار الأوبئة. ()
- ٤- ممرض قسم الجراحة يختص برعاية الحالات التي تتطلب تدخلاً جراحياً. ()
- ٥- اتباع نمط حياة صحي يتطلب النوم لمدة قصيرة. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- يحرص الممرضون على تقديم للأشخاص الذين يحتاجون لها.
 أ النقود ب التدريب ج الرعاية د الألعاب
- ٢- يُعد التمريض مهنة أساسية في كل
 أ المصانع ب المتاجر ج المدارس د المستشفيات
- ٣- تقديم الرعاية للأشخاص الذين يحتاجون إلى إسعافات أولية فورية اختصاص ممرض
 أ الأشعة ب غرفة الطوارئ ج الأطفال د الصحة النفسية
- ٤- يمكن مساعدة الشخص الذي يعاني الاختناق عن طريق الضغط على
 أ رأسه ب صدره ج ظهره د بطنه

٣) أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(الجراحة - السعال - صحي - الأدوية - الطعام)

- ١- قامت مورتون بتوعية الشباب لاتباع نمط حياة
- ٢- تحتوي حقيبة الإسعافات الأولية على
- ٣- عملت السيدة مورتون كممرضة في قسم
- ٤- إذا كان الشخص الذي يعاني الاختناق ويستطيع التنفس يجب تشجيعه على

٤) فكر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- ما النصائح التي قدمتها روزم مورتون للشباب لتحسين صحتهم؟

٢- ما دور الممرض المساعد للجراح؟

أسئلة الكتاب المدرسي على المحور الثالث

١ اقرأ وأجب:

- ١- ما الذي يجب عليك فعله أولاً إذا أصبت بحرق من الدرجة الأولى؟
- ٢- متى قد تحتاج إلى تطبيق إجراءات السلامة المُتَّبعة في أعمال السِّبَاكة؟
- ٣- ما القيمة الغذائية للمُرَبَّى؟ وما مصدرها الجيد؟
- ٤- ما الذي يحوّل اللبن إلى زبادي؟
- ٥- لماذا من المهم شُرب الماء والعصير الطبيعي بدلاً من المشروبات الغازية؟
- ٦- لماذا تُعتبر الوجبات السريعة غير صحيّة؟ ماذا يمكن أن يحدث إذا تناولت وجبات سريعة أكثر من الوجبات الصحيّة المُعدّة في المنزل؟
- ٧- لماذا من المهم تناول الوجبات الصحيّة المُعدّة في المنزل؟
- ٨- ما إجراءات السلامة التي يجب اتّخاذها عند الوقوف على خشبة المسرح؟

٢ اكتب:

- فكّر بالصحة والسلامة في منزلك بالنسبة إليك ولأفراد أسرتك. ما الخطوات التي يجب عليك اتّباعها للمحافظة أكثر على سلامة الجميع وجعلهم أكثر أماناً؟

٣ فكّر ثمّ أجب:

- ١- لماذا من المهم أن يتعلّم جميع أفراد المجتمع عن احتياطات السلامة المهنية عند إعداد الطعام أو القيام بأعمال السِّبَاكة؟
- ٢- في رأيك، أي الأماكن السياحية التي يمكن أن يستمتع بها السائحون عند زيارة مصر؟

٤ راجع وأجب:

- ١- اختر طبقاً مصرياً صحيّاً؛ ما المكونات التي يمكنك إضافتها عند إعداد هذا الطبق؟ ما المشروب الذي ستتناوله؟ وما إجراءات السلامة التي يجب مراعاتها عند إعداد وجبتك الصحيّة؟
- ٢- ما النصائح التي ستقدمها لأحد أفراد أسرتك للبقاء آمناً عند القيام بأعمال السِّبَاكة؟

٥ كيف نستطيع أن نحيا حياة صحيّة وسليمة؟

تدريبات سلاح التلميذ المتنوعة

على المحور الثالث



مُجاب عنها بنهاية الكتاب

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

أولاً

- ١ - قد تُسبب حروق الكهرباء أضرارًا داخلية. ()
- ٢ - يجب عمل إنعاش قلبي رئوي إذا وجد المُصاب صعوبة في التنفس. ()
- ٣ - تتضرر طبقة الأدمة في الحروق من الدرجة الأولى. ()
- ٤ - يرتدي السبّاك القناع للحماية من الغبار عند الحفر. ()
- ٥ - لحام الأنابيب باستخدام مشعل البروبان لا يمثل خطرًا على العمّال. ()
- ٦ - استخدام سلالم غير مناسبة يُعرض العمّال لخطر الاختناق. ()
- ٧ - تُعدُّ المرَبّي مصدرًا جيدًا للسُّكريات الطبيعية. ()
- ٨ - نضيف حمض الستريك للمرَبّي لتتماسك. ()
- ٩ - يُضاف للمرَبّي مقدار سُكّر مساوٍ لمقدار الفاكهة. ()
- ١٠ - تُستخدم البكتيريا لتقليل تماسك قوام اللبن في صناعة الزبادي. ()
- ١١ - يُعدُّ الزبادي مصدرًا جيدًا للبروتين والكالسيوم. ()
- ١٢ - يتم تبريد اللبن بسرعة لدرجة ٤٠° لتجنّب نموّ البكتيريا الضارّة. ()
- ١٣ - تحتوي المشروبات الغازيّة على مكوّنات ضارّة بالجهاز الهضمي. ()
- ١٤ - تقلل المشروبات الغازيّة الأنسولين في الدم. ()
- ١٥ - المشروبات الغازيّة الدايت صحيّة ولا تسبب السمنة. ()
- ١٦ - يحدث فقر الدم بسبب نقص معدن الحديد. ()
- ١٧ - تُعدُّ الوجبات السريعة مصدرًا غنيًا بالبروتينات. ()
- ١٨ - أدت الوجبات السريعة إلى زيادة انتشار أمراض الكبد الدهني. ()
- ١٩ - تُعدُّ رقائق البطاطس من الأطعمة قليلة الدسم والملح. ()
- ٢٠ - تفتقر الوجبات السريعة إلى الألياف. ()
- ٢١ - تُصنع المخبوزات الصحيّة باستخدام الدقيق الأبيض. ()
- ٢٢ - يمكن الترويج للنشاط السياحي باستخدام المسرح. ()
- ٢٣ - يستطيع التلاميذ استخدام النسيج الملوّن لصناعة أزياء المسرحية الصّفيّة. ()
- ٢٤ - نحرص في التحضير للمسرحية على سطوع الإضاءة في عيون الحضور. ()



ثانياً

اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١ - قد تظهر مع حروق الدرجة الثانية بعض
 أ الجروح ب التقرّحات ج الخدوش د الكسور
- ٢ - تُدمّر جميع طبقات الجلد في حروق الدرجة
 أ الأولى ب الثانية ج الثالثة د الطفيفة
- ٣ - يتعرّض عمّال السّباكة لخطر الحروق بسبب
 أ الأبخرة السامة ب الصرف الصحيّ ج الأنابيب الساخنة د الأدوات المتناثرة
- ٤ - يجب إبقاء على مسافة آمنة من عمّال السّباكة.
 أ الخوذة ب مشعل البروبان ج مشعل بنزن د القناع
- ٥ - آخر مراحل صناعة المربّي هي
 أ تحضير المكونات ب وضع السكّر ج التقليب المستمر د التعليل
- ٦ - للحفاظ على المربّي فترة طويلة دون فساد، نضيف
 أ حمض الستريك ب البكتين ج حمض الخليك د الملح
- ٧ - يحصل اللبن على قوام سميك، بسبب عملية
 أ التسخين ب التبريد ج التحضين د الحفظ
- ٨ - يختمر اللبن بإضافة منذ يوم سابق.
 أ الفاكهة ب العسل ج السكّر د الزبادي
- ٩ - توجد علاقة وثيقة بين المشروبات الغازيّة وارتفاع
 أ المستوى الدراسي ب مستوى الذكاء ج الأنسولين بالدم د الثقة بالنفس
- ١٠ - تتأثر صحّة العظام بتناول المشروبات الغازية لاحتوائها على
 أ البروتينات ب حمض الفوسفوريك ج حمض اللاكتيك د الكربوهيدرات
- ١١ - ساهم انتشار المطاعم الدولية في مصر في الإقبال على الوجبات
 أ الشعبية ب الصحيّة ج المنزلية د السريعة
- ١٢ - تفتقر الوجبات السريعة لبعض العناصر الغذائيّة مثل ممّا يؤدي لانتشار الأنيميا.
 أ الحديد ب النحاس ج الكالسيوم د البروتين
- ١٣ - للعيش بصحّة جيّدة ينبغي أن نستبدل رقائق الدّرة بـ
 أ المّعجنات ب المكسرات ج رقائق البطاطس د الحلوى
- ١٤ - يمكن رفع القيمة الغذائيّة للوجبة من خلال إضافة المزيد من
 أ السكّر ب الملح ج الدهون د الخضراوات
- ١٥ - أحد إجراءات السلامة للمشاركين بالمرشحية، ألاّ يلمس مُعدّات الإضاءة إلّا
 أ الممثل ب الفنّي ج المُخرج د الجمهور

ثالثاً

أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١ - الحروق الناتجة عن الصدمات تتسبب في أضراراً داخلية للمصاب.
- ٢ - نوع من الإصابات يَنْتُج عند التعرُّض للحرارة أو للتيار الكهربائي
- ٣ - لحماية عُمَّال السَّباكة من الأبخرة السَّامة يجب ارتداء
- ٤ - للحصول على قوام مُربِّي متماسك نضيف لها مادة
- ٥ - ارتفاع درجة حرارة التحضين يؤدي لظهور على سطح الزبدي.
- ٦ - تخلو المشروبات من الألياف والفيتامينات.
- ٧ - يوجد حمض في المشروبات الغازية ويضرُّ بصحَّة العظام.
- ٨ - الأطعمة السريعة تحتوي على نسبة عالية من
- ٩ - يعدُّ جزءاً من أحداث المسرحية ككل.
- ١٠ - عند تعرُّض شخص نتيجة لانسداد مجرى الهواء، نلجأ إلى الجراحة.
- ١١ - قادت صفية زغول المشاركات في ثورة ١٩١٩ م.
- ١٢ - تقديم الرعاية للأشخاص الذين يحتاجون إلى إسعافات أولية فورية اختصاص مُمرّضي
- ١٣ - لقَّب المصريون السيدة صفية زغول بـ

أجب عن الأسئلة الآتية:

رابعاً

- ١ - متى يجب الاتصال بالإسعاف في حالة الصدمات الكهربائية؟
- ٢ - ما الإجراءات الوقائية لتجنُّب السقوط من الأماكن المرتفعة؟
- ٣ - ما الاحتياطات الواجب اتخاذها لتفادي الحرق عند استخدام مشعل البروبان؟
- ٤ - ما الخطوة الأولى في صناعة الزبدي؟
- ٥ - ما أهمية إضافة حمض الستريك للمُربِّي؟
- ٦ - كيف تؤثر الوجبات السريعة على الأطفال؟
- ٧ - لماذا يجب قراءة العبارات المدونة على العبوات الغذائية؟
- ٨ - حدد اثنتين من المشكلات الصحيَّة الناتجة عن تناول السكريات في المشروبات الغازية؟
- ٩ - ما الوجبات الخفيفة الصحيَّة التي تحتوي على نسبة منخفضة من السُّكر؟
- ١٠ - ما الدور الأساسي لمُمرّضي قسم الجراحة؟
- ١١ - لماذا يجب تجنب وجود أسلاك على الأرض في المسرح؟

اختبارات سلاح التلميذ على المحور الثالث



مُجاب عنها بنهاية الكتاب

الاختبار الأول

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- حروق الدرجة الثانية تكون أكثر إيلاًماً من حروق الدرجة الأولى. ()
- ٢- يرتدي السبّاكون الخوذات اللينة للحماية من التعرُّ. ()
- ٣- يتم تبريد اللبن عند ٦٠ درجة مئوية وهي أفضل درجة حرارة لنمو البكتيريا النافعة. ()
- ٤- تُعبأ المُرَبَّى في برطمانات معقمة بعد طهوها. ()
- ٥- المشروبات الغازية لا تحتوي على الفيتامينات والبروتينات. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- نقص معدن الحديد الناتج عن تناول الوجبات السريعة يؤدي لمرض
أ فقر الدم ب الكورونا ج الدرن د الربو
- ٢- «من أجل صحّة أفضل»، يجب الابتعاد عن تناول الطعام
أ المشوي ب المسلوق ج المدخن د المقلي
- ٣- يُعدُّ من العاملين الأساسيين بالمسرحية
أ الطبيب ب المخرج ج المعلم د السبّاك
- ٤- حروق الدرجة الثانية تكون أكثر إيلاًماً من حروق الدرجة
أ الأولى ب الثالثة ج الرابعة د الخامسة
- ٥- الشخص الذي يعاني الاختناق ويستطيع التنفس يجب تشجيعه على
أ الكلام ب السعال ج البكاء د الصراخ

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يرتدي السبّاك القناع للحماية من
- ٢- يُستخدم حمض لحفظ المُرَبَّى.
- ٣- البكتيريا المستخدمة في صناعة الزبادي تفيد الجهاز
- ٤- شاركت صفيّة زغول النساء في الثورة ضد الاحتلال البريطاني بشكل

٤ أجب عمّا يأتي:

- ما تأثير حمض الفوسفوريك على صحّة العظام؟

الاختبار الثاني

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تفتقر الوجبات السريعة إلى السُّكَّر. ()
- ٢- البرجر الصَّحِّي يُصنع في المطعم. ()
- ٣- يمكن صُنْع أَزياء المسرحية الصَّفِيَّة من النسيج الملَوَّن. ()
- ٤- قادت صَفِيَّة زغلول النساء المشاركات في ثورة ١٩١٩م. ()
- ٥- حروق الدرجة الثانية تؤثر على طبقة الجلد الخارجية فقط. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- يجب على السبَّاك ارتداء عند التعرُّض للأبخرة والمواد الكيميائية.
 أ القفَّازات ب الأقنعة ج الخوذات اللينة د النظَّارات الوقاية
- ٢- عند صُنْع المُرَبِّي من الضروري تحديد الكَمِّيَّة المناسبة من
 أ التوابل ب البروتين ج الملح د السُّكَّر
- ٣- يصبح طعم الزبادي حمضيًّا إذا زادت فترة
 أ التحضين ب البسترة ج التسخين د التبريد
- ٤- المشروبات الغازية تعمل على زيادة
 أ الحرارة ب الفائدة ج الصَّحَّة د الوزن
- ٥- الأطعمة السريعة تحتوي على نسبة عالية من
 أ الدهون ب الألياف ج الفيتامينات د البروتين

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- البديل الصَّحِّي للبرجر التقليدي هو البرجر المُعَدُّ بـ
- ٢- استعدادًا للإصابات يجب وجود حقيبة في كل منزل.
- ٣- في حالة الصدمات الكهربائية يجب إيقاف التيار بأداة
- ٤- الزبادي عبارة عن لبن

٤ أجب عمَّا يأتي:

- حدِّد فوائد أحذية السلامة.



الاختبار الثالث

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- زيت الزيتون من الزيوت الصحيّة. ()
- ٢- يؤدي ارتفاع درجة حرارة التحضين إلى ظهور العفن على سطح الزبادي. ()
- ٣- السُّكَّر الموجود بالمشروبات الغازية يؤدي إلى زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب. ()
- ٤- اكتسبت الوجبات السريعة شعبية بسبب مكوناتها الصحيّة. ()
- ٥- إضافة مادة البكتين للمُربّى يساعد على تماسكها بعد الطهو. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- لتجنّب تعثّر التلاميذ أثناء المسرحية يجب إزالة من على أرض المسرح.
 - أ الديكورات
 - ب الأسلاك
 - ج الأزياء
 - د الصخور
- ٢- يحظى العاملون في مجال التمريض بالتقدير لجهودهم في
 - أ رعاية المرضى
 - ب تعليم الصغار
 - ج زراعة المحاصيل
 - د بناء المستشفى
- ٣- يجب الاتصال برقم في حالة وجود حروق الدرجة الثانية والثالثة.
 - أ ١٦٠
 - ب ١٨٠
 - ج ١٤٠
 - د ١٢٣
- ٤- يتعرّض السبّاك لخطر الحرق عند استخدام للحام الأنابيب.
 - أ مشعل بروبان
 - ب السقالات
 - ج القفّازات
 - د النظّارات
- ٥- الخطوة الأولى لصناعة الزبادي تسخين اللبن عند درجة مئوية.
 - أ ١٥٠
 - ب ٩٠
 - ج ٦٠
 - د ٤٠

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يحتوي التفاح على نسبة عالية من
- ٢- حمض الفوسفوريك يعوق عملية امتصاص الجسم لـ
- ٣- تُعدّ الوجبات السريعة مصدرًا غنيًا بـ
- ٤- أحد إجراءات السلامة في المسرحية ألاّ يلمس معدات الإضاءة إلّا

٤ أجب عمّا يأتي:

- ما البديل الصحيّ لرقائق البطاطس التي تحتوي على كميات عالية من الملح والدهون؟



المحور الرابع

الرؤية الفنية للعالم

سنسلط الضوء في هذا المحور على:



- الأعمال والمنتجات والخدمات ذات الصلة بالاقتصاد المصري.
- المهارات المختلفة اللازمة لمكان العمل وتطويرها.
- حفظ الأزهار وتنسيقها بإبداع.
- إعادة تدوير الملابس واستخدام فن التطريز في الأزياء المعاصرة.
- الجرف المفضلة لدى المصريين.
- الطرق المختلفة لتزيين «فانوس» يدوي الصنع.
- الترويج للتصميمات الفنية المختلفة.
- الطرق المختلفة لتسويق الأعمال الفنية الثقافية.
- رواد الأعمال وطبيعة عملهم.



تطوير مهارات الأعمال

الموضوع الأول

أهداف الموضوع في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:

- يحدّد الأعمال والمنتجات والخدمات ذات الصلة بالاقتصاد المصري.
- يعدّ بحثاً عن المهارات المختلفة اللازمة لمكان العمل.
- يحدّد الفرص التي تتيح تطوير المهارات في مكان العمل.

لنتفاعل معاً



- فكّر في بعض المنتجات أو الخدمات المصرية التي غالباً ما تشتريها. لماذا تُعجبك؟ وما سبب نجاح العمل الذي ينتجها؟

لنتعلّم



- السعي إلى النجاح في مكان العمل.

- ١- يجب أن تتوافر مجموعة من المهارات الفنية والشخصية لدى الأفراد.
- ٢- يستطيع الأفراد اكتساب هذه المهارات وتطويرها بسهولة من خلال الانخراط في التجارب العملية والتعليمية.
- ٣- اكتساب المهارات المختلفة والمتنوعة يُعدّ ضرورة في تحقيق الأداء الفعّال للمجتمعات ككل، مما يؤدي إلى نجاح الأفراد أو فشلهم في الأسواق العالمية والمحلية في الوقت الحاضر.

١- المهارات الفنية

- هي مهارات محددة وقابلة للقياس.
- يمكن تعلّمها واكتسابها من خلال التعليم أو التدريب أو الخبرة.
- التدريب المهني المتخصص يُمكن الأفراد من اكتساب المهارات الفنية اللازمة للعمل في قطاعات الأعمال المختلفة.

• المهارات الفنية تشمل:

١- التدريب الأكاديمي

- يكون في مجالات مختلفة، مثل: الصناعة، الزراعة، الأزياء، والفنون.

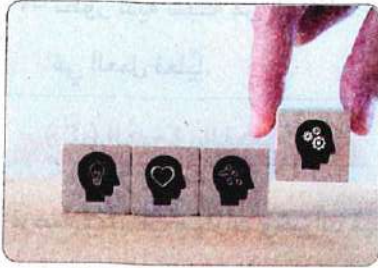
٢- المعارف وإتقان التقنيات

- يشمل فهم مبادئ الهندسة والتصنيع في المهن الصناعية.
- إتقان تقنيات حياكة الملابس وتصميم الأزياء.
- تحديد النباتات المناسبة في تصميم وتنسيق الحدائق.



٢ - المهارات الشخصية

- هي المهارات غير الفنية الضرورية لإنجاز المهام في بيئة عمل احترافية.
- يتطلب اكتساب بعض هذه المهارات التعلم الأكاديمي، بينما يمكن اكتساب البعض الآخر من خلال الانخراط الفعلي في بيئة العمل.



• المهارات الشخصية تشمل:

- التفكير التحليلي والإبداعي.
- المرونة والقدرة على التكيف.
- التحفيز والوعي الذاتي.

لاحظ أن

يجب اكتساب المعارف الابتدائية أولاً، ثم مواصلة التعلم مدى الحياة والاطلاع على آخر المستجدات في مجال العمل.

اكتساب المهارات في مكان العمل

(١) داخل المدرسة



- يجب البدء في تطوير المهارات الشخصية مبكراً خلال المراحل الدراسية؛ حيث يكون التلميذ:
- ١- منظمًا، دقيقًا، ومستمعًا جيدًا.
- ٢- قادرًا على إنجاز المهام المكلف بها بدقة وفي الوقت المحدد.

(٢) خارج حدود المدرسة



- ١- اكتساب خبرات قيمة عن طريق زيارة أماكن العمل.
- ٢- المشاركة في تجارب داخل أماكن العمل، والتي تتيح له التعرف على هذه المهارات.
- ٣- يقوم بإعداد قائمة بالمهارات الشخصية التي يتوقع مصادفتها في مكان العمل، وإضافة المهارات التي صادفها ولم ترد في القائمة.



(٣) الوظائف المؤقتة



- هذه الوظائف تكون لفترة محددة من الوقت وذلك عندما يكون أكبر سناً؛ حيث تفيده عند دخوله سوق العمل الفعلي؛ حيث:
- ١- تتيح له استكشاف مدى توافق الوظيفة مع تطلعاته المهنية.
- ٢- تطوّر لديه شبكة من العلاقات المهنية التي سيجدها مفيدة عند انخراطه في العمل فعلياً.

(٤) العمل التطوعي



- فرصة لاكتساب مهارات وخبرات قيّمة.
- يحقّق المواطنة المسؤولة في خدمة المجتمع.
- يساهم في تكوين علاقات اجتماعية، وذلك من خلال عمله مع الآخرين، هذه العلاقات تقوده إلى تطوير ذاته وتعلّم مهارات جديدة.

لنستكشف



• ضع كلمة (شخصية) أمام المهارة الشخصية و كلمة (فنية) أمام المهارة الفنية:

- ١- فهم مبادئ الهندسة. ()
- ٢- التفكير التحليلي والإبداعي. ()
- ٣- التحفيز والوعي الذاتي. ()
- ٤- تحديد النباتات المناسبة للحديقة. ()

لنراجع



- ١- ما أنواع المهارات اللازمة على مستوى مختلف الأعمال؟ أعط أمثلة عن ذلك.
- ٢- عدّد بعض الطرق التي يمكنك من خلالها اكتساب المهارات الفنية اللازمة.
- ٣- ما الفوائد التي يقدّمها العمل التطوعي للمجتمعات المحلية وللمتطوّع؟

نتعلم من خلال التطبيق

• استعن بالمجالات الآتية، ثم حدّد شركة ووظيفة داخل هذه الشركة، ثمّ أجب عن الأسئلة الآتية:



المجال السياحي



المجال الصناعي



المجال الزراعي



الإعلام



الحرف اليدوية



المجال التجاري

- الشركة هي:

- الوظيفة هي:

الملاحظات

١- ما اختصاص الشركة؟

٢- ما أنواع الوظائف المتوفرة فيها؟

٣- ما الوظيفة التي تعمل بها؟

٤- ما مهامّ وظيفتك في الشركة؟

٥- من هم زملاؤك في الشركة؟

٦- ما أهميّة التعاون كفريق عمل في الشركة؟

٧- ما الصعوبات التي تواجهك في الشركة؟

٨- ما متطلبات النجاح في وظيفتك في الشركة؟

اختبر نفسك على الموضوع الأوّل

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يرتبط نجاح الموظف أو فشله باكتسابه لمهارات مختلفة. ()
- ٢- يسهم التعليم الأكاديمي في اكتساب المهارات المختلفة. ()
- ٣- نكتفي باكتساب المعارف الابتدائية ولا ضرورة لاستمرار التعلم. ()
- ٤- المرونة والقدرة على التكيف لا تُعتبر من المهارات الشخصية المهمة. ()
- ٥- يمكن اكتساب العديد من المهارات من خلال العمل التطوعي. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يُعدّ إتقان التقنيات إحدى المهارات
 أ الشخصية ب الفنية ج الرياضية د اللغوية
- ٢- المهارات الفنية تشمل
 أ التفكير التحليلي ب التفكير الإبداعي ج تصميم الأزياء د الوعي الذاتي
- ٣- إحدى المهارات القدرة على التكيف.
 أ الفنية ب الشخصية ج الأكاديمية د الرقمية

٣ أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين :

- (أماكن العمل - المهني - العمل التطوعي - العلمي - الوظائف المؤقتة)
- ١- يستطيع التلميذ تكوين علاقات اجتماعية تقوده إلى تطوير ذاته عبّر
 - ٢- يستكشف التلميذ الوظيفة التي تتماشى مع تطلّعاته المهنية عبّر
 - ٣- يتمكّن التلميذ من استكشاف مهارات جديدة عند زيارة المختلفة.
 - ٤- يزوّد التدريب المتخصّص الأفراد بالمهارات الفنية لقطاعات الأعمال.

٤ فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

- ١- ما فائدة الوظائف المؤقتة؟

- ٢- ما مجالات التدريب الأكاديمي؟



فنّ تنسيق الأزهار

الموضوع الثاني

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:



أهداف الموضوع

- يصف تنسيقات مختلفة للأزهار.
- يحدّد المبادئ الأساسية لتنسيق الأزهار.
- يعدّ بحثًا عن طرق حفظ الأزهار بعد قطفها.

لنتفاعل معًا



- أيّ من أنواع الأزهار تعرفه؟ وأيّ منها قد رأيتها تنمو في حديقتك؟ وأيها رأيتها مقطوفة ومعرضة في زهرية؟

لنتعلّم



- يتّبع منسقو الأزهار أساليب مختلفة لتنسيق الأزهار بعد قطفها.
- يُراعى عند تنسيق الأزهار وجود تناسب وتوافق بين لون وشكل وحجم الإناء، مع شكل الأزهار وتناسب بين حجم التنسيق والمكان الذي سيوضع به.

فنّ تنسيق الأزهار

- يُعدّ أحد الفنون العريقة التي تعتمد على شخصية المنسق وذوقه وبراعته؛ حيث يجب مراعاة:

الأزهار

- ١- السيقان: يجب أن تكون سيقان الأزهار قوية ومتماسكة.
 - ٢- الأعناق: يجب أن تكون أعناق الأزهار طويلة لكي تُخزن بها كمية من الغذاء.
- وهذا يساعد على طول عمر الأزهار بعد قطفها.

الأواني

- يجب اختيار أواني مناسبة عند القيام بتنسيق الأزهار؛ حيث تتعدد الخامات المستخدمة في التصنيع، مثل:



الزجاج



الكرستال



الخشب



الخزف



حفظ الأزهار بعد قطفها

• بعد اختيار الأزهار التي ستستخدم في التنسيق يجب مراعاة ما يلي:



- ١- إزالة الأوراق الموجودة على الجزء السفلي من ساق الأزهار (لأن الأوراق سريعة التعفن).
- ٢- قطع ساق الزهرة قطعًا مائلًا قبل وضعها في الزهرية.
- ٣- إجراء عملية تبريد للأزهار بغمر سيقانها في ماء بارد لمدة ساعة.
- ٤- يمكن إضافة قليل من السكر في ماء الزهرية لمدّ الأزهار بالطاقة.
- ٥- يمكن إضافة قرص من الأسبرين لحفظ الأزهار.
- ٦- يُراعى عدم وضع الأزهار في أماكن معرضة للتيارات الهوائية، أو أشعة الشمس المباشرة، مع خفض الإضاءة المعرضة لها.

طرق تنسيق الأزهار



التنسيق المتناظر (المتماثل):

- يوضع أطول أفرع الأزهار في منتصف الإناء، ويكون الجانبان متشابهين في ألوان الأزهار.



التنسيق غير المتناظر (غير المتماثل):

- يوضع أطول أفرع الأزهار في منتصف الإناء، ويكون الجانبان غير متشابهين في ألوان الأزهار.



التنسيق الرأسي:

- يُستخدم في الأواني ذات الفوهة الضيقة؛ حيث توضع الأزهار بشكل متدرّج في الطول.

لنستكشف



• اختر أحد أنواع الزهور الآتية لتنسيق باقة من الزهور بأحد التنسيقات السابقة:



(هـ)



(د)



(جـ)



(ب)



(أ)

١- الزهور التي اخترتها:

٢- نوع التنسيق المناسب:

٣- نوع إناء التنسيق:

لنراجع



١- ما أنواع الأزهار المقطوفة التي رأيتهما في المنزل أو المدرسة أو أي مكان آخر؟

٢- صف طرق تنسيق الأزهار في الأواني، وأي التنسيقات تفضّل؟

٣- ما الذي يجب مراعاته عند رعاية الأزهار بعد القطف؟

نتعلّم من خلال التطبيق

• بعد معرفة الطرق المختلفة لتنسيق الأزهار، اختر إحدى باقات الزهور الآتية، ثم أكمل:



(٢)



(١)

١- اخترت الباقة رقم:

٢- الطريقة المتبعة في التنسيق:

٣- من الشخص الذي ستقدّم له الزهور:

اختبر نفسك على الموضوع الثاني

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- توجد أساليب مختلفة لتنسيق الأزهار. ()
- ٢- يُعدُّ تنسيق الأزهار أحد الفنون الحديثة التي لم تُعرف في الماضي. ()
- ٣- يعتمد فنُّ تنسيق الأزهار على ذوق المُنسِّق وبراعته. ()
- ٤- حفظ الأزهار بعد قطفها يحتاج غمر سيقانها في الماء البارد لمدة ساعة. ()
- ٥- الأوراق الموجودة بأعلى ساق الزهرة سريعة التعفُّن. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- عند اختيار الزهور للتنسيق يجب أن تكون سيقانها
 أ لينة ب مُفكَّكة ج متماسكة د مجزأة
- ٢- اختيار أزهار ذات من الموصفات التي يجب مراعاتها عند تنسيق الزهور.
 أ أعناق قصيرة ب أعناق طويلة ج جذور طويلة د أوراق عريضة
- ٣- تخزين كمِّية من الغذاء في عُنق الزهرة يساعد على الزهرة.
 أ زيادة رائحة ب بهتان لون ج تقليل طول د زيادة عُمر
- ٤- لإمداد الأزهار بالطاقة يضاف في ماء الزهرية.
 أ الملح ب التوابل ج الشاي د السُّكَّر
- ٥- توضع الأزهار بشكل متدرِّج في الطول في التنسيق
 أ الرأسي ب المتماثل ج غير المتماثل د غير الرأسي

٣) أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين :

(مائلاً - الأسبرين - أطول - الكريستال)

- ١- يمكن استخدام في صناعة أواني تنسيق الأزهار.
- ٢- للحفاظ على الزهور بعد قطفها يجب قطع ساق الزهرة قَطْعًا
- ٣- يمكن إضافة في الزهرية لحفظ الأزهار.

٤) فَكِّرْ ثُمَّ أَجِبْ عَمَّا يَأْتِي:

١- كيف يتم تنفيذ التنسيق الرأسي؟

٢- ما فائدة إضافة السُّكَّر والأسبرين إلى ماء الزهرية؟

فن التطريز وإعادة التدوير للملابس

الموضوع الثالث



أهداف الموضوع في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:

- يشرح الأسباب لإعادة تدوير قطعة ملابس معينة.
- يناقش أفكاراً لإعادة تدوير قطعة ملابس باستخدام غرز التطريز.
- يحدّد كيفية استخدام غرز التطريز لإضافة رونق مميز للأزياء العصرية.

لنتفاعل معاً



• أي قطع من الملابس هي المفضّلة لديك؟ كيف يمكنك تجديد إحدى قطع الملابس وإضافة رونق مميز لها؟

لنتعلّم



• إعادة تدوير الملابس القديمة.

• إنتاج ملابس جديدة يسبّب العديد من المشكلات منها:

- استهلاك كميات كبيرة من الطاقة وهذا يتطلب ميزانية كبيرة.
- إنتاج مخلفات متراكمة تضرّ بالبيئة.

نتيجة لما سبق تم استخدام فنّ التطريز لإعادة تصميم الملابس القديمة.

فنّ التطريز

• تاريخه:

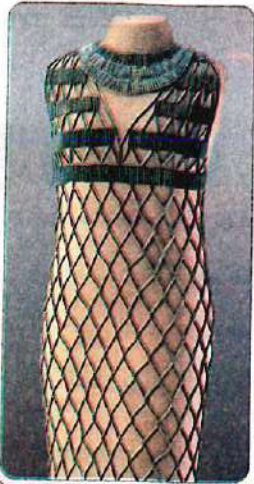
- يعود إلى المصريين القدماء؛ حيث تم اكتشاف أول عمل تطريز في مقبرة توت عنخ آمون.
- استخدم المصريون القدماء خيوط الذهب لصنع القطع المهمة.

• تصميماته:

- تُستوحى من اللوحات الجدارية المعاصرة والأعمال الحرفيّة الجذابة.
- يمكن الاستعانة بالمجلات وشبكة الإنترنت والمفارش وأغطية الوسائد.

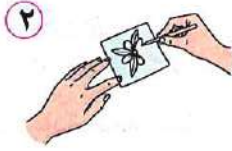
لاحظ أن

توفير الطاقة المستهلكة في إنتاج ملابس جديدة يُعتبَر من إحدى فوائد إعادة تدوير الملابس.





خطوات إعادة تدوير الملابس باستخدام التطريز



رسم عدة تصميمات على الورق حتى يتم اختيار الأنسب.



تحديد مساحة المنطقة المراد تطريزها.



استخدام غُرز تطريز مختلفة لإضافة التنوع على التطريز.



استخدام ألوان الخيوط المتوافرة.

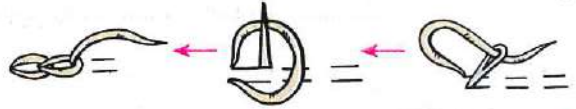
غُرز التطريز المختلفة

• السراجة، الفرع، البطانية، الحشو، والسلسلة.

- غُرزة الحشو:



- غُرزة السلسلة:



لنستكشف

• ضع علامة (✓) أمام العبارة المُعبِّرة عن أهمية التطريز:

- ()
()
()

- ١- إعادة استخدام الملابس القديمة.
٢- تبدو الملابس بعد التطريز أكثر عصرية.
٣- التطريز يقلل رونق الملابس الجديدة.

لنراجع



١- ما الأشياء الأخرى التي يمكنك تطريزها؟

٢- ما الطرق الأخرى التي يمكن استخدامها لإعادة تدوير الملابس وجعلها أحدث؟ ما الطريقة التي تريد تجربتها؟

نتعلم من خلال التطبيق

- أمامك تصميمان اختر أحدها وقم بتنفيذه على إحدى قطع الملابس القديمة لإعادة تدويرها، ثم حدد أنواع الغرز المستخدمة، ثم أجب عن الأسئلة:

الخطوة الأولى

- التصميم الذي اخترته رقم



(٢)



(١)

الخطوة الثانية

- قطعة الملابس التي اخترتها رقم



(٢)



(١)

الخطوة الثالثة

- انقل التصميم الذي اخترته وقم بتلوينه بالألوان التي تريدها.

الخطوة الرابعة

- الغرزة التي اخترتها رقم



(٢)



(١)

الخطوة الخامسة

- ارسم قطعة الملابس التي اخترتها بعد تنفيذ التطريز.

اختبر نفسك على الموضوع الثالث

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- عدم إعادة تدوير الملابس يُسبب أضرارًا بيئية. ()
- ٢- يساعد فن التطريز في إعادة تدوير الملابس. ()
- ٣- تنتج المخلفات المتراكمة عند إعادة تطريز الملابس. ()
- ٤- أول عمل مُطرز اكتُشف في مقبرة يونانية. ()
- ٥- الأشكال الزخرفية تُستوحى فقط من الطبيعة. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- إنتاج ملابس جديدة يحتاج كمية كبيرة من
 أ المياه ب الطاقة ج المعادن د الألوان
- ٢- لحماية البيئة يجب الاهتمام بـ
 أ رش المبيدات ب استخراج البترول ج حرق المخلفات د إعادة التدوير
- ٣- لإعادة تدوير الملابس القديمة نقوم بـ
 أ حرقها ب رميها ج تطريزها د تمزيقها
- ٤- استخدم المصريون القدماء خيوطًا من لصنع القطع المهمة.
 أ البلاستيك ب الذهب ج الصوف د الموهير

٣) أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين :

(البطانية - المجلّات - المخلفات - عُرز - المصريون القدماء)

- ١- يعود تاريخ فن التطريز إلى
- ٢- يمكن استخدام للعثور على تصميمات جديدة للتطريز.
- ٣- يُفضّل استخدام أنواع مختلفة لإضافة التنوع على التطريز.
- ٤- تُعدُّ أحد أنواع عُرز التطريز.

٤) فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

- ١- إنتاج الملابس الجديدة يسبب العديد من المشكلات. وضّحها.

- ٢- من أين تُستوحى تصميمات فن التطريز؟



صنع «فانوس»

الموضوع الرابع

أهداف الموضوع  في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:

- يناقش الجِرَف المفضلة لدى المصريين.
- يناقش الطرق المختلفة لتزيين «فانوس» يدوي الصنع.
- يشرح أهمية الحفاظ على التراث الثقافي المصري.

لنتفاعل معًا



- أي الجِرَف المصرية تُفضّل؟ وأيها تودّ تجربتها بنفسك؟ وما الخطوة الأولى التي ستُقدّم عليها؟

لنتعلم



- صنع «الفانوس».

- استُخدمت الفوانيس الأولى للاحتفال بحلول شهر رمضان المبارك؛ حيث تُزيّن الشوارع والبيوت بالمصابيح الملونة احتفالاً بالشهر الكريم.



خطوات صناعة فانوس

التخطيط

- اختيار الخامات:

مثل الخشب وذلك لسهولة التعامل معه، والقماش ليتيح تزيين الفانوس بالتطريز.

- اختيار التصميم:

البحث عبر شبكة الإنترنت واختيار تصميم بسيط.

- جمع الأدوات:

نحتاج لبعض الأدوات والمواد اليدوية الأساسية والبسيطة كالمنشار، المثقاب، مسدّس الشمع، فرشاة طلاء، قطع خشب صغيرة، ورق صنفرة، طلاء، ورق الكلك، والقماش للتزيين.





تنفيذ الفانوس



١- التحقق من أن كل أداة تعمل بشكل صحيح.

٢- استخدام الأداة المناسبة لكل عمل.

٣- ارتداء النظارات الواقية لحماية العينين.

٤- تقطيع الخشب وتجميع أجزاء الفانوس بالغراء.

٥- صنفرة الفانوس وطلاؤه وانتظاره حتى يجف.

٦- تنظيف الأدوات بعد الانتهاء ووضعها جانباً.

التزيين والتطريز



• يتم تزيين الفانوس بعدة خطوات:

١- البحث عن صور عبر الإنترنت، واختيار إما أشكال هندسية أو طبيعية (طيور وأزهار).

٢- يمكن إضافة قصاصات في التصميم للسماح لمزيد من الضوء بالمرور وتجميل الفانوس.

٣- لف ورقة الكلك أو الشفاف حول الفانوس لقياس حجمه ونسخ التصميم ثم قص الورقة.

٤- رسم التصميم على الورقة بحجم مائة في المائة من الورقة (كامل المساحة) ثم نسخ التصميم على القماش.

٥- يمكن استخدام التطريز للتزيين، وليكن غُرزة الفرع لتحديد التصميم وغُرزة الحشو لملء الفراغات.

٦- وضع ضوء يعمل بالبطارية داخل الفانوس.

٧- تغليف الفانوس بالقماش المطرّز وتثبيتته بمسدس الشمع.

لنستكشف



• ضع علامة (✓) أمام وسيلة تزيين الفانوس التي تفضلها:

()

١- استخدام الأشرطة أو الخرز.

()

٢- باستخدام رسومات حيوانات أو شخصيات كرتونية.

()

٣- باستخدام ورق ملوّن أو استيكرات.

لنراجع



١- ما الأدوات والمواد التي تم استخدامها لصنع «الفانوس»؟

٢- ما التصميمات المصرية التي ترغب في رؤيتها على «فانوس»؟

٣- لماذا تعتقد أنّه من المهمّ مشاركة التراث الثقافي المصري عند اختيار تصميمات لصنع الفانوس؟

نتعلّم من خلال التطبيق

• بعد أن تعلّمنا كيفية صناعة فانوس، نفّذ الخطوات الموضّحة بالصور الآتية لصناعة فانوس يدوي مصنوع من الخشب:

الخطوة الأولى: المواد اللازمة

- ١- قطعة خشبية مربعة مقاس $20 \times 20 \times 1,8$ سم.
- ٢- مسامير مختلفة الحجم.
- ٣- ورق صنفرة.
- ٤- طلاء وفرشاة.
- ٥- ورق وقلم رصاص.
- ٦- قطعة قماش.
- ٧- ضوء يعمل بالبطارية.
- ٨- غراء مُخصّص للخشب.
- ٩- مسدس شمع.

الخطوة الثانية: احتياطات السلامة

- ١- الحذر عند استخدام الآلات الحادّة لقطع الخشب حتى لا تُصاب اليد.
- ٢- ارتداء النظّارات الواقية لحماية العينين عند تقطيع الخشب.
- ٣- إبعاد اليدين عن مسدس الشمع الساخن لتجنّب الإصابة بالحروق.
- ٤- تجنّب لمس اللّمْبة بعد التوصيل بمصدر الكهرباء (البطارية).

الخطوة الثالثة: اللصق

- إلصاق الأجزاء الجانبية معًا واحدًا تلو الآخر.
- تأكد من ترك الغراء يجف في كل جزء قبل إضافة الجزء الثاني.

الخطوة الرابعة: الطلاء

- قُم بطلاء الفانوس باستخدام الفرشاة بعد الانتهاء من تجميع الفانوس ولصق أجزائه.

الخطوة الخامسة: التزيين

- قُم بتخطيط التصميم أثناء فترة جفاف الغراء أو الطلاء.

الخطوة السادسة: الإضاءة

- ضع الضوء الذي يعمل بالبطارية داخل الفانوس.



اختبر نفسك على الموضوع الرابع

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- استُخدمت الفوانيس قديمًا للاحتفال بشهر رمضان. ()
- ٢- يمكن استخدام الخشب في صناعة الفانوس. ()
- ٣- يجب التحقق من عمل كل أداة قبل البدء في صناعة الفانوس. ()
- ٤- تنظيف الأدوات بعد الانتهاء من صنع الفانوس أمر غير ضروري. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- يُفضَّل استخدام عند صناعة الفانوس اليدوي لسهولة التعامل معه.
أ الحديد ب النحاس ج الخشب د البلاستيك
- ٢- يُستخدم لسهولة تطريز الفانوس وتزيينه.
أ الخشب ب الورق ج المعدن د القماش
- ٣- يُستخدم ورق لنسخ التصميم على القماش.
أ الكلك ب الفويل ج الكرتون د الصنفرة
- ٤- لحماية العينين أثناء صناعة الفانوس يجب ارتداء الواقية.
أ القفَّازات ب النظَّارات ج الأقنعة د الخوذات

٣) صل وظيفة كل أداة أو مادة في العمود (أ) بالوظيفة المناسبة في العمود (ب):

(أ)	(ب)
١- مسدس الشمع	(أ) تزيين الفانوس.
٢- ورق الكلك	(ب) تثبيت القماش المُطرَّز على الفانوس.
٣- القماش	(ج) نسخ تصميم التطريز على القماش.

٤) أكمل الجُمْل الآتية ممَّا بين القوسين:

(مسدس الشمع - الأقمشة - الضوء - الغراء)

- ١- إضافة القصاصات في تصميم الفانوس يسمح للـ بالمرور.
- ٢- يُغلَّف الفانوس بالقماش المُطرَّز ويُثَبَّت باستخدام
- ٣- يتم تجميع أجزاء الفانوس الخشبية باستخدام

٥) فكِّر ثمَّ أجب عمَّا يأتي:

- لماذا يُفضَّل استخدام الخشب في صنع الفوانيس؟



أهداف الموضوع في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:

- يخطط لعرض منتج ما في المعرض.
- يوضح أهمية العرض الجيد للمنتج.
- يقدم مشهراً ارتجالياً مع زميل يحاكي عملية إقناع العميل بشراء منتج في مكان البيع.

لنتفاعل معاً



- ما المنتجات التي لفتت انتباهك وأثرت فيك عند زيارتك لأحد المتاجر القريبة أو المعارض في مدرستك أو مجتمعك؟ ولماذا؟

لنتعلم



عرض الأعمال الفنية

- العوامل التي تجذب العملاء لشراء المنتجات:

الشعار الجذاب:

- التصميم الجذاب للشعار يؤدي دوراً محورياً في تفرّد المنتج عن غيره، ويكون عبارة عن رمز أو كلمة تعبّر عن العمل، مثل:
- زهرة اللوتس التي ترمز للعطاء، وذلك يناسب العمل الخيري.

تصميم مكان العرض:

- ترتيب البضائع بشكل فعال يساعد على استغلال المساحة بشكل أفضل، وإبراز جمال البضائع عن طريق:

- 1- تحديد حجم مكان العرض المراد تصميمه للتخطيط لكمية المنتجات المراد عرضها.
- 2- استخدام الرفوف أو الدعائم لإضافة مساحة إلى العرض بشكل عمودي أعلى مكان العرض.
- 3- استخدام لافتات أو شاشات عرض أو غطاء طاولة طويل لإخفاء الفوضى والمعدات.
- 4- التدريب على كيفية عرض المنتجات وتلقّي الملاحظات والمقترحات من الزملاء.





• الترحيب بالعملاء:

- أماكن العرض التي يتم فيها الترحيب بالعملاء بطريقة ودية، تحظى بإقبال كبير من العملاء داخل المعرض.

• طرق جذب العملاء:

- يمكن جذب العملاء عن طريق تصميم دعوات تُظهر مهارة الصانع وتصاميمه المختلفة للفت نظر العملاء وجعلهم يطرحون الأسئلة.

• الملصقات الترويجية:

- يجب الاهتمام بتصميم ملصقات ترويجية للعمل تتضمن العلامة التجارية والشعار ومواعيد المعارض.

لاحظ أن

المشاركة في تنظيم فعاليات المعرض المدرسي يمّدنا بخبرات للعمل لاحقًا كمُنظّم فعاليات.

لنستكشف



• انظر للصورة المقابلة، ثمّ أجب:

١- استنتج المنتج الذي يُروّج له.



٢- استنتج أفضل موقع لإقامة مكان بيع المنتج.

لنراجع



١- ما العوامل الأهمّ التي يجب أخذها في الاعتبار عند التخطيط لمكان عرض المنتجات؟ لماذا؟

٢- كيف يمكنك التفاعل مع العملاء في معرض ما؟ وما أهميّة التفاعل معهم؟ كيف سيبدو شعار عملك فريدًا من نوعه؟

٣- في رأيك، كيف يمكن للشركات عرض منتجاتها أو خدماتها؟ ما الأفكار المستوحاة من هذه الشركات التي يمكنك

تطبيقها عند التخطيط لمكان عرض منتجك؟

نتعلم من خلال التطبيق

• اتّبع الخطوات الآتية لإعداد المعرض الخاص بك بشكل ناجح، ثمّ أجب عن الأسئلة الآتية:

الخطوة الأولى: الموضوع

(١)



قطع فنيّة

(٢)



مشاريع مدرسية

(٣)



المنتجات الحرفيّة

- الموضوع الذي اخترته رقم
- عنوان معرضك هو

الخطوة الثانية: الموقع

- ما المساحة التي تحتاجها لإقامة معرضك؟

- ما عدد أماكن العرض التي تريد إعدادها وعدد الأفراد التي تود حضورهم؟

- ما التسهيلات التي تحتاج إليها؟ ومن سيقوم بتوريد أو إنشاء أماكن العرض؟

الخطوة الثالثة: الجمهور

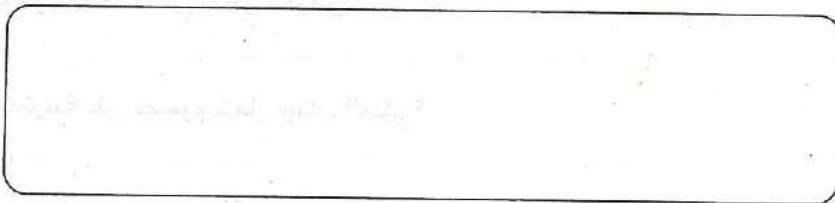
- الجمهور المستهدف؟

- كم عدد الحضور الذي تتوقعه؟

- كيف ستخبر المهتمين عن معرضك؟

الخطوة الرابعة

• ارسم خريطة لمساحة المعرض توضح فيها المداخل والمخارج وطريقة تنظيم أماكن العرض والمرافق المتاحة، مثل: مياه الشرب، ودورات المياه، ومناطق الجلوس.



اختبر نفسك على الموضوع الخامس

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يمكن استخدام العلامات التجارية للترويج للعمل. ()
- ٢- المشاركة في تنظيم الفعاليات بالمدرسة يكسبنا خبرات مفيدة. ()
- ٣- تحديد حجم مكان العرض أمر غير مهم. ()
- ٤- أماكن العرض التي يتجاهل أصحابها الزائرين تجذب العملاء. ()
- ٥- تساهم الملصقات في نجاح المعارض. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- نستخدم لإضافة مساحة إلى العرض بشكل عمودي.
 أ) الملصقات ب) الرفوف ج) الشعار د) الشاشات
- ٢- نستخدم لإخفاء الفوضى.
 أ) اللآفتات ب) الرفوف ج) الملصقات د) البطاقات
- ٣- لإخفاء المُعدّات نستخدم
 أ) الملابس ب) البضائع المعروضة ج) شاشات عرض د) العملاء
- ٤- لنجاح المعرض يجب الترحيب بالزوار بطريقة
 أ) عدائية ب) ودية ج) عنيفة د) ساخرة
- ٥- للتدريب على كيفية عرض المنتجات نتلقّى من الزملاء.
 أ) الهدايا ب) الشكر ج) الطعام د) الملاحظات

٣) أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(الأرفف - دعوات - كلمة - العملاء)

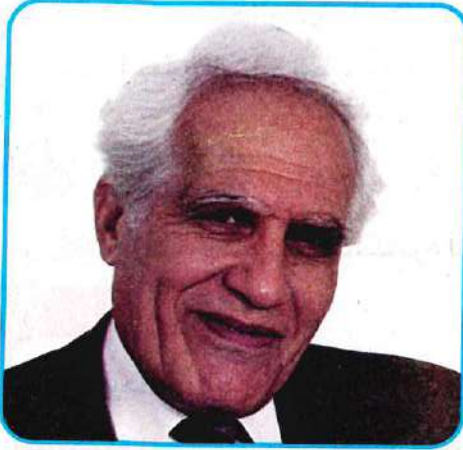
- ١- التصميم المختلف لـ المعرض يلفت نظر العملاء.
- ٢- تُستخدم لإضافة مساحة بشكل عمودي فوق مكان العرض.
- ٣- عند تصميم الشعار يمكن استخدام رمز أو تُعبّر عن العمل.

٤) فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- ما أهمية الترحيب بالعملاء في أماكن العرض؟

٢- ما النتيجة المترتبة على تصميم شعار جذاب للمنتج؟

د. أحمد مستجير



مَن هو؟

- وُلِدَ عام ١٩٣٤م بمحافظة الدقهلية. توفّي عام ٢٠٠٦م.
- حصل على البكالوريوس من كلية الزراعة جامعة القاهرة.
- عمل مهندسًا زراعيًا لمدة قصيرة في الإصلاح الزراعي.
- حصل على منحة لنيل الدكتوراه من جامعة إدنبرة عام ١٩٦٠م.
- حصل على درجة الدكتوراه في ١٤ نوفمبر ١٩٦٣م.
- عمل مدرسًا بكلية الزراعة وتدرّج حتى حصل على الأستاذية.
- أصبح عميدًا لكلية الزراعة من ١٩٨٦م إلى ١٩٩٥م.

أهم إنجازاته:

- استنبط أنواعًا جديدة من المحاصيل، وكذلك في مجال الإنتاج الحيواني.
- أسّس مركز علوم الوراثة وأصبح رائد علم الهندسة الوراثية في مصر والعالم العربي.
- كان عضوًا في ١٢ هيئة وجمعية علمية وثقافية، منها:
- مجمع الخالدين، الجمعية المصرية لعلوم الإنتاج الحيواني، الجمعية المصرية للعلوم الوراثية، اتحاد الكتاب، لجنة المعجم العربي الزراعي، ومجمع اللغة العربية بالقاهرة.

• مشروع «زراعة الفقراء»:

- ١- بدأ العمل فيه عام ١٩٨٩م بمساعدة متخصصين زراعيين.
- ٢- هدفه استنباط سلالات من القمح والأرز تتحمّل درجات عالية من الملوحة والجفاف؛ لتستفيد الدول النامية منه في زراعة الصحراء.

مؤلفاته وكتبه:

• على سبيل المثال:

- ١- في مجال الزراعة : - مقدمة في علم تربية الحيوان.
 - ٢- في العلوم والفلسفة : - التطور الحضاري للإنسان.
 - ٣- في الأدب والشعر : - الأدلة الرقمية لبحور الشعر العربي.
- التحسين الوراثي لحيوانات المزرعة.
 - ارتقاء الإنسان.
 - علم اسمه السعادة، وغيرها.

الجوائز التي حصل عليها:

• على سبيل المثال لا الحصر:

- جائزة الدولة التقديرية للعلوم والزراعة.
- جائزة مبارك في العلوم والتكنولوجيا المتقدمة وغيرها من الجوائز.
- وسام العلوم والفنون من الطبقة الأولى.



المستكشف النشاط

الموضوع السابع

أهداف الموضوع  في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يحدد طرقًا مختلفة لتسويق الأعمال الفنية الثقافية.
- يشرح طبيعة عمل رائد الأعمال.

لنتفاعل معًا



• في رأيك، ما أهمية تقديم فكرة مبتكرة لتكون رائد أعمال ناجحًا في أحد المجالات التي تهتمك؟

لنتعلم



• السيدة ربيكا هوي.



- مستكشفة في ناشيونال جيوغرافيك ورائدة أعمال (الشخص الذي يؤسس مشروعًا تجاريًا يقدم من خلاله منتجًا أو خدمة معينة لتلبية احتياجات السوق).
- حاصلة على درجة البكالوريوس في إدارة الأعمال والدراسات الحضرية.
- حائزة على درجة الماجستير في تخطيط المدن.

التحديات التي تواجه الفنانين الريفيين

- لاحظت السيدة هوي أن العديد من الفنانين الموهوبين والمبدعين الموجودين في القرى الريفية يغادرون للبحث عن عمل في المدن، وهؤلاء الفنانون يتمتعون بتراث ثقافي ينبع من بيئتهم وتاريخهم وهويتهم.

حل مبتكر لدعم الفنانين الريفيين

- بدأت السيدة هوي في البحث عن طريقة تمكن الفنانين من البقاء في مجتمعاتهم الريفية والاستمرار في تقديم إبداعاتهم الفنية والوصول إلى عدد كاف من العملاء ليحققوا دخلًا جيدًا.
- توصلت لفكرة مبتكرة استطاعت أن تحولها إلى مشروع تجاري. وهي أن يقوم الفنانون بتسويق تصميماتهم والحصول على عائد مادي مستدام.



موقع إلكتروني للفنانين

- استخدمت السيدة هوي شبكة الإنترنت لتسويق الأعمال الفنية، وقامت بإنشاء موقع إلكتروني يتيح للفنانين عرض تصاميمهم بعيدًا عن أي ضرر.

- تمكّن المصممون عالميًا من دفع رسوم للوصول إلى تصاميم فنانيين آخرين والاتصال بهم بهدف التعاون المشترك.
- يحصل الفنانون على عائد مادي عند حصول الشركات على تراخيص لاستخدام تصميمات منتجاتهم، مثل الملابس والأدوات المكتبية.
- بمجرد تحميل التصميمات على الموقع الإلكتروني، يصبح بإمكان الشركات من مختلف أنحاء العالم الوصول إليها بسهولة.

دور السيدة هوي في التسويق للموقع

- دورها يتمثل في جذب الشركات إلى الموقع الإلكتروني؛ فمن المهم أن تعرف الشركات الموقع وتزوره دائمًا لرؤية التصاميم الجديدة.
- قامت بترجمة القيمة الثقافية لعمل المصممين.
- تعمل شركتها كمنصة تسهل عملية العثور على تصاميم فنية.

أهمية رأس المال لرواد الأعمال

- رواد الأعمال بحاجة إلى رأس المال، وهو الأموال أو المُعدّات الضرورية لبدء مشروع تجاري صغير.
- تُعتبر أجهزة الكمبيوتر وأجهزة المسح الضوئي بمثابة رأس المال بالنسبة للفنانين في القرى.
- يمكن الحصول على «رأس المال» بطريقتين: إمّا من خلال استخدام مدّخرات تم جمعها مسبقًا، أو عن طريق الحصول على قرض يتم سداؤه لاحقًا.

دور شركة «السيدة هوي» في دعم الفنانين

- توفر شركة السيدة هوي جهاز كمبيوتر وماسحًا ضوئيًا للفنانين في قرية معينة؛ حيث يشتركون جميعًا في استخدام هذه المُعدّات.
- يتم تخصيص جزء من أرباح التراخيص التي تدفعها الشركات العالمية لاستخدام التصميمات المعروضة على الموقع لتحسين المجتمع. يستخدم الفنانون هذه الأموال في التعليم والاحتياجات المنزلية والضروريات الأخرى لأسرهم.
- تقدر السيدة هوي أن الدخل الذي يحققه الفنانون في الوقت الحالي يعادل ٢٥٪ أكثر ممّا كانوا يكسبونه في السابق.
- يوجد على الموقع الإلكتروني الخاص بالسيدة هوي أكثر من ١٠ آلاف تصميم لفنانين من ٣١ مجتمعًا محليًا من حول العالم.



لنستكشف



• فكر في المشكلات التي تواجه مجتمعتك المحلي، ثم أجب عن الآتي:

١- المشكلة:

٢- المشروع الذي يساهم في حل المشكلة:

٣- المنتج أو الخدمة التي سيقدمها المشروع:

لنراجع



١- ما أهمية تحسين سبل المعيشة لفناني التراث؟

٢- ما المهن التي تتطلب التمتع بمهارات فنية؟

٣- ما المهن التي تجمع بين المهارات الفنية والتكنولوجية.

نتعلم من خلال التطبيق

• الخطوات الواجب اتباعها ليكون الشخص رائد أعمال من أصحاب المشروعات الصغيرة:

الخطوة الأولى

• تحديد مجال العمل:

- قد يبدأ المشروع الصغير في مجال الموضة والأزياء مثلاً؛ وذلك بأفكار بسيطة كتصميم القمصان والطباعة عليها، إعادة تدوير الملابس أو تطريزها، صناعة المُرَبَّى أو افتتاح محل لبيع الأزهار.



الخطوة الثانية

• تحديد شريحة العملاء المستهدفين:

- بمعنى من سيشتري المنتج أو الخدمة، فمن المهم أن يكون رواد الأعمال قادرين على تحديد مواصفات العملاء المستهدفة.

الخطوة الثالثة

• التفكير في المنتج:

- يجب اختيار منتج أو خدمة يحتاج إليها الأفراد الذين ينتمون للشريحة المستهدفة، مثل: الملابس (الرسمية أو غير الرسمية المناسبة الخاصة أو الرياضية).

- بعد ذلك يعمل رواد الأعمال على إيجاد احتياجاتهم من خدمات ومعدات وعُمال؛ ليتمكنوا من تصنيع المنتج أو تقديم الخدمة.

• أمثلة للمشاريع التي يمكن لرواد الأعمال والتسويق لها عبر الإنترنت:

- ١- المنتجات الخشبية مثل الفانوس.
- ٢- شركات لأعمال السباكة.
- ٣- إعادة تدوير الملابس والحلي للحفاظ على البيئة.

لاحظ أن

يمكن بدء المشروعات الصغيرة بأموال محدودة، لكن في الوقت ذاته توجد طرق للحصول على قروض لتمويل المشروعات الصغيرة كالقروض التي تقدمها البنوك (مع التعهد على رد المبلغ المالي للقرض بعد فترة محددة).

• في ضوء ما سبق أجب عما يأتي:

١- ما الخطوة الأكثر صعوبة؟

٢- لماذا يُعدُّ من المهم مراعاة احتياجات عملائك؟

٣- ما العوامل الرئيسية التي تسهم في نجاح أي منتج جديد؟

• قم بإجراء بحث عن مشروع تجاري في مجال الموضة والأزياء، ثم قم بإجراء دراسة للسوق لتساعدك في تحديد احتياجات المشروع والعملاء المستهدفين، ثم املأ الاستبيان الآتي:

استبيان الأزياء والملابس (شاركنا رأيك)

- الاسم :
- السن :
- المهنة / الوظيفة :
- ما أكثر ما يعجبك في الملابس / الحلي التي تستخدمها حالياً: اللون، أم الخامة، أم التصميم، أم شيء آخر؟
-
- ما المنتج الذي تؤدُّ شراءه، سواء من الملابس أو الحلي، لكن لا يمكنك العثور عليه بسهولة؟
-
- ما السعر المناسب لهذا المنتج الجديد؟
-

اختبر نفسك على الموضوع السابع

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يمكن توفير رأس المال عن طريق ادّخار المال. ()
- ٢- تأسيس أي مشروع لا يحتاج إلى رأس مال. ()
- ٣- رأت السيدة هوي أن الرسائل الورقية هي الطريقة الأمثل لتسويق الأعمال الفنية. ()
- ٤- حاولت السيدة هوي مساعدة الفنّانين في المجتمعات حول العالم. ()
- ٥- رائد الأعمال هو الذي يقوم بتأسيس مشروع تجاري لتقديم خدمة ما. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- الأموال والمُعَدّات التي يحتاجها رواد الأعمال لتأسيس مشروع تجاري تُعرف باسم
 أ المشاريع الصغيرة ب القروض ج رأس المال د الأرباح
- ٢- الدور الذي تقوم به شركة السيدة هوي هو الشركات إلى الموقع.
 أ جذب ب تنفيذ ج إبعاد د شراء
- ٣- ساعدت السيدة هوي الفنّانين الموهوبين في تسويق تصميماتهم والحصول على
 أ رخصة قيادة ب عائد مادي ج تضاميم فنية د أجهزة تلفزيونية
- ٤- تقدّر السيدة هوي أن الدخل الذي يحققه الفنّانون يعادل أكثر من السابق.
 أ ٥٥% ب ١٠٠% ج ٢٥% د ٧٥%
- ٥- أنشأت السيدة هوي يتيح للفنّانين عرض تصاميمهم بعيدًا عن أي ضرر.
 أ مؤتمرًا صحفيًا ب معرضًا ج مصنعًا د موقعًا إلكترونيًا

٣ صوّب ما تحته خط بالعبارات الآتية:

- ١- رائد الأعمال هو شخص يُأسّس مكتبة ثقافية. (.....)
- ٢- ساعد مشروع هوي الفنّانين في المدن. (.....)
- ٣- يغادر الفنّانون الريف بحثًا عن فرص تعليم. (.....)
- ٤- تقوم السيدة هوي بتسويق الأعمال الفنية باستخدام معرض فني. (.....)

٤ فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

- ١- ما الفكرة المبتكرة التي توصّلت إليها السيدة هوي لدعم الفنّانين الريفيين؟

- ٢- ما المقصود براءد الأعمال؟

أسئلة الكتاب المدرسي

على المحور الرابع

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

١ اقرأ وأجب:

- ١- ما الفرق بين المهارات الفنيّة والشخصية؟ أعطِ مثالين عن كلّ منهما.
- ٢- ما أبرز الأمور التي يجب التفكير فيها عند تنسيق الأزهار؟
- ٣- ما فوائد إعادة تدوير الملابس؟
- ٤- ما بعض الأمور التي يجب أخذها بعين الاعتبار عند تصميم «فانوس» وتزيينه؟
- ٥- ما أهميّة الترتيب الفعّال للمنتجات في المعارض؟

٢ اكتب:

فكّر بمجتمعك وبمشكلاته البيئية. كيف يمكن تحسين هذا الواقع من خلال إعادة التدوير؟ وما المزايا الأخرى التي ترتبط بإعادة التدوير؟

٣ فكّر وأجب:

- ١- ما الوظيفة التي ترغب في العمل بها في المستقبل؟ ما المهارات الفنيّة والشخصية التي ستحتاج إليها في هذا المنصب؟ وكيف يمكنك البدء في تطويرها الآن؟
- ٢- ما بعض الأمور الأساسية التي يجب تذكّرها عند تصميم إعلان للترويج لمنتج أو خدمة ما؟ في رأيك لماذا هي مهمّة؟

٤ راجع وأجب:

- ١- ما نوع تنسيق الأزهار الذي تقوم به؟
- ٢- تخيل أنّك ستصنع «فانوساً» بتصميم مُستوحى من التراث المصري. ما العوامل التي ستؤثّر في اختيارك للتصميم؟

٥ لماذا يُعتبر التصميم مهمًا؟

تدريبات سلاح التلميذ المتنوعة

على المحور الرابع



مُجاب عنها بنهاية الكتاب

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

أولاً

- ١ - اكتساب المهارات المتنوعة أحد عوامل نجاح الأفراد. ()
- ٢ - تُعدُّ مهارة التفكير التحليلي إحدى المهارات الفنية المهمة. ()
- ٣ - يقوم التلميذ بتكوين علاقات اجتماعية مفيدة عبر العمل التطوعي. ()
- ٤ - قد يكتسب التلميذ مهارات جديدة عند زيارة أحد أماكن العمل. ()
- ٥ - يساعد التعلم الأكاديمي في اكتساب المهارات المختلفة. ()
- ٦ - يجب إبعاد الزهور بعد قطفها عن تيارات الهواء. ()
- ٧ - يتم في التنسيق المتناظر وضع أفرع الأزهار القصيرة في المنتصف. ()
- ٨ - تتعدّد أساليب تنسيق الأزهار ولا تقتصر على أسلوب محدّد. ()
- ٩ - يمكن استخدام الخشب في صناعة أواني الأزهار. ()
- ١٠ - فنُّ تنسيق الأزهار من الفنون الحديثة. ()
- ١١ - صناعة ملابس جديدة يُسبّب تراكم المخلفات. ()
- ١٢ - يمكن استخدام الأنماط الهندسية في تصميمات التطريز. ()
- ١٣ - يعود تاريخ فنُّ التطريز للمصريين القدماء. ()
- ١٤ - تساعد إعادة تدوير الملابس القديمة في الحفاظ على البيئة. ()
- ١٥ - تستهلك إعادة تدوير الملابس القديمة كميات كبيرة من الطاقة. ()
- ١٦ - نستخدم القماش في صناعة الفانوس لسهولة تزيينه بالتطريز. ()
- ١٧ - يجب ارتداء القفّازات لحماية العينين أثناء صناعة الفانوس. ()
- ١٨ - يُستخدم الطلاء في تجميع أجزاء الفانوس الخشبية. ()
- ١٩ - استخدام ورق الكلك إحدى مراحل صناعة الفانوس. ()
- ٢٠ - التصميم المختلف لدعوات المعرض يلفت نظر العملاء. ()
- ٢١ - نستخدم اللآفتات لإضافة مساحة بشكل عمودي لمكان العرض. ()
- ٢٢ - يمكن استخدام الرموز عند تصميم الشعار. ()
- ٢٣ - يجب أن تشمل الملصقات الترويجية للمعارض العلامة التجارية. ()

ثانياً

اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١ - يستكشف التلميذ الوظيفة الملائمة لتطلّعاته من خلال
 أ العمل التطوعي ب الوظائف المؤقتة ج التعلّم الأكاديمي د زيارة الأقارب
- ٢ - يحقّق العمل التطوعي مبدأً
 أ المواطنة ب العدالة ج المساواة د الأمانة
- ٣ - للحفاظ على الأزهار بعد قطعها يجب وضعها في أماكن ذات إضاءة
 أ شديدة ب منخفضة ج مباشرة د قوية
- ٤ - أسرع أجزاء الزهرة المقطوفة تعفّناً هو الأوراق الموجودة في الجزء السفلي من
 أ البتلات ب الجذور ج الأوراق د الساق
- ٥ - لحفظ الأزهار بعد قطعها، يتم إضافة لماء الزهرية.
 أ الأسمدة ب المبيدات ج العطور د الأسبرين
- ٦ - لإعادة تدوير الملابس نستخدم فنّ
 أ التطريز ب النحت ج التمثيل د الرسم
- ٧ - تُعدّ البطانية أحد أنواع فنّ التطريز.
 أ تصميمات ب أدوات ج غُرز د منتجات
- ٨ - الأكثر استفادة من إعادة تدوير الملابس هو قطاع
 أ التعدين ب السياحة ج الزراعة د البيئة
- ٩ - استُخدمت الفوانيس لأول مرة في مصر للاحتفال بـ
 أ عيد الأضحى ب عيد الفطر ج شهر رمضان د عيد العمّال
- ١٠ - تُستخدم الأدوات اليدوية في صناعة الفانوس اليدوي.
 أ الحديثة ب التكنولوجية ج المتطورة د الأساسية
- ١١ - يمكن استخدام في تحديد التصميم الذي يُزيّن به الفانوس.
 أ غُرزة الفرع ب ورق الكلك ج الصنفرة د القماش
- ١٢ - مشروع هدفه استنباط سلالات من القمح تتحمّل درجة عالية من الملوحة هو
 أ ترعة السلام ب مصر الزراعي ج توشكى د زراعة الفقراء
- ١٣ - الغرض من استخدام الرفوف أو الدعائم في تصميم مكان العرض
 أ إضافة مساحة ب إخفاء الفوضى ج جذب العملاء د الترحيب بالعملاء
- ١٤ - أفضل الطرق للترحيب بالعملاء في المعارض الطريقة
 أ الصارمة ب الرسمية ج الودية د التنافسية

ثالثاً

أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١ - يجب مواصلة الاطلاع على آخر في مجال العمل.
- ٢ - يحقق المواطنة المسؤولة في خدمة المجتمع.
- ٣ - يتطلب اكتساب بعض المهارات الانخراط في مكان العمل.
- ٤ - يمكن إضافة القليل من في الزهرية لمدّ الأزهار بالطاقة.
- ٥ - للحفاظ على الزهرة بعد القطف يجب عدم تعرّضها لـ
- ٦ - يعود تاريخ فنّ التطريز
- ٧ - ينتج عن تصنيع الملابس الجديدة الكثير من
- ٨ - نستخدم البطاريات في صناعة الفانوس اليدوي من أجل
- ٩ - نستخدم ورق الكلك لنقل التصميم على
- ١٠ - لنجاح المعرض يجب الترحيب بالزوار بطريقة
- ١١ - لإضافة مساحة إلى العرض بشكل عمودي يجب استخدام
- ١٢ - الأموال والمُعَدَّات التي يحتاجها رواد الأعمال لتأسيس مشروع تجاري تُعرف باسم
- ١٣ - أسَّس د. مستجير مشروع «.....» لاستنباط سلالات من القمح تتحمّل الملوحة والجفاف.
- ١٤ - تُخصَّص شركة السيدة هوي جزءاً من الأرباح لتحسين

رابعاً

أجب عن الأسئلة الآتية:

- ١ - كيف يمكن اكتساب المهارات؟
- ٢ - كيف تُساهم الوظائف المؤقتة في تطوير الذات؟
- ٣ - لماذا يجب إزالة الأوراق السفلية من ساق الزهرة؟
- ٤ - ما الفرق بين التنسيق المتناظر وغير المتناظر؟
- ٥ - ما فوائد إعادة تدوير الملابس القديمة؟
- ٦ - من أين تُستوحى تصميمات فن التطريز؟
- ٧ - اذكر ثلاث أدوات أساسية لصنع فانوس رمضان.
- ٨ - ما أنواع الغُرز المستخدمة في تطريز الفانوس؟
- ٩ - ما نوع الضوء المناسب لوضعه داخل الفانوس؟
- ١٠ - ما أهمية الترحيب بالعملاء في أماكن العرض؟
- ١١ - ما فائدة المشاركة في تنظيم فعاليات المعرض المدرسي؟

اختبارات سلاح التلميذ

على المحور الرابع



مُجاب عنها بنهاية الكتاب

الاختبار الأول

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- التحفيز والوعي الذاتي من المهارات الفنية. ()
- ٢- يجب إبعاد الزهور عن أشعة الشمس المباشرة. ()
- ٣- أولى خطوات التطريز هي اختيار الغُرز. ()
- ٤- أسَّس د. مستجير مركزًا لعلاج القلب. ()
- ٥- يُستخدم ورق الفويل لنسخ التصميم على القماش. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- يمكن للتلميذ تكوين علاقات اجتماعية تقوده لتطوير ذاته من خلال
 أ. الوظائف المؤقتة ب. العمل التطوعي ج. المدرسة د. الجامعة
- ٢- نستخدم البطاريات في صناعة الفانوس اليدوي
 أ. للإضاءة ب. للتزيين ج. لنقل التصميم د. للصلق أجزائه
- ٣- لنجاح المعرض يجب الترحيب بالزوار بطريقة
 أ. عدائية ب. ساخرة ج. عنيفة د. ودية
- ٤- يمكن إضافة في الزهرية لحفظ الأزهار.
 أ. الكرسثال ب. الأسبرين ج. التوابل د. الملح
- ٥- يعود تاريخ فن التطريز لقدماء
 أ. المصريين ب. الإغريق ج. الهنود د. الرومان

٣ أكمل المبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- تُعدُّ مَنْصَة «هوي» وسيلة للأعمال الفنية.
- ٢- أول عمل مُطرَز اكتُشِف في مقبرة
- ٣- توضع الأزهار بشكل متدرِّج في الطول في التنسيق
- ٤- إنتاج ملابس جديدة يستهلك طاقة ويتطلَّب ميزانية

٤ أجب عما يأتي:

- يوجد العديد من الطرق الفعَّالة لجذب العُمَّلاء. حدد أحدها.



الاختبار الثاني

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- لإخفاء المُعدَّات في مساحة العرض نستخدم شاشات العرض. ()
- ٢- تُخصَّص شركة السيدة هوي جزءاً من الأرباح لتحسين المجتمع. ()
- ٣- يجب الاهتمام برش المبيدات لحماية البيئة. ()
- ٤- لإمداد الأزهار بالطاقة يضاف ماء إلى الزهرية. ()
- ٥- التدريب الأكاديمي يكون في مجالات مختلفة مثل الصناعة والزراعة. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- تُصنع أواني تنسيق الأزهار من خامات متعددة منها
 أ الذهب ب الزئبق ج الخشب د الحديد
- ٢- يُعدُّ إتقان التقنيات إحدى المهارات
 أ الشخصية ب الفنية ج اللغوية د الرياضية
- ٣- في البداية استُخدمت الفوانيس في مصر من أجل
 أ التنسيق ب الاحتفال ج التزيين د اللعب
- ٤- يجب اكتساب المعارف أولاً ثم مواصلة التعلُّم مدى الحياة.
 أ الثانوية ب العليا ج المتطورة د الابتدائية
- ٥- أهم مواصفات تنسيق الأزهار أن تكون ذات
 أ جذور طويلة ب رائحة سيئة ج سيقان متماسكة د ألوان باهتة

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- للتدريب على كيفية عرض المنتجات نتلقَّى الملاحظات والمقترحات من
- ٢- يساعد فنُّ التطريز في الملابس.
- ٣- يُغلَّف الفانوس بالقماش المُطرَّز ويُثَبَّت باستخدام
- ٤- المهارات غير الفنية الضرورية لإنجاز المهامِّ في بيئة عمل احترافية، تُعرف بالمهارات

٤ أجب عمَّا يأتي:

- ما تأثير إضافة القصاصات في تصميم الفانوس؟

الاختبار الثالث

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- إنتاج ملابس جديدة يحتاج إلى كمية كبيرة من المعادن. ()
 ٢- تنظيف الأدوات بعد الانتهاء من صنع الفانوس أمر غير ضروري. ()
 ٣- عند اختيار الزهور للتنسيق يجب أن تكون سيقانها متماسكة. ()
 ٤- حصل د. مستجير على منحة من المركز القومي للبحوث. ()
 ٥- يجب البدء في تطوير المهارات الشخصية خلال المراحل الدراسية. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- التصميم المختلف المعرض يلفت نظر العملاء.
 أ لأرفف ب للافئات ج لدعوات د لمصقات
 ٢- يجب قطع الزهرة قطعاً مائلاً قبل وضعها في الزهرية.
 أ ساق ب جذر ج الثمار د الأوراق
 ٣- نضيف للفانوس للسماح للضوء بالمرور.
 أ التطريز ب قطع خشب ج الأقمشة د القصاصات
 ٤- شعار زهرة اللوتس يرمز إلى
 أ البخل ب العطاء ج النور د الحياة
 ٥- اهتم د. مستجير بعلم الهندسة بشكل خاص.
 أ المعمارية ب الوراثة ج الكهربائية د المدنية

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- نستخدم ورق الكلك لنقل التصميم على
 ٢- استخدم المصريون القدماء خيوط لصنع القطع المهمة.
 ٣- يمكن استخدام الخزف في صناعة الأزهار.
 ٤- لاكتساب المهارات الفنية يجب أن يحصل الأفراد على التدريب المتخصص لقطاعات الأعمال.

٤ أجب عما يأتي:

- ما خطوات تحسين تصميم العرض؟



المراجعة العامة

أهم المصطلحات

المصطلح	التعريف
الحروق	هي إصابات تنتج عن التعرّض للحرارة أو المواد الكيميائية أو التيار الكهربائي.
حروق الدرجة الأولى	أبسط الأنواع وتؤثر في الطبقة الخارجية فقط من الجلد (البشرة).
حروق الدرجة الثانية	تؤثر في الطبقة الخارجية (البشرة) والطبقة الثانية من الجلد (الأدمة) وتكون أكثر إيلاماً وغالباً يصاحبها تقرّحات وخطر الإصابة بالعدوى.
حروق الدرجة الثالثة	أشدّ الأنواع خطورة؛ حيث تدمّر جميع طبقات الجلد وتتطلّب العلاج في المستشفى.
الإنعاش القلبي الرئوي	إجراء ضروري للمصاب بالصدّات الكهربائية إذا فقد التنفس أو النبض.
المُرَبّي	هي خليط مكوّن من ثمار الفاكهة أو بعض الخضراوات ومضاف إليها السُكَّر، وحمض الستريك (ملح الليمون) ومطهية على درجة حرارة عالية تصل إلى ١٠٥ درجة مئوية.
البكتين	مادّة طبيعية مستخلصة من الفاكهة تساعد على تماسك المُرَبّي.
حمض الستريك	مادّة حافظة للمُرَبّي.
الزبادي	عبارة عن لبن مُتخَمَر بأنواع من بكتيريا حمض اللاكتيك.
بكتيريا حمض اللاكتيك	نوع بكتيريا مفيد للجهاز الهضمي، تُستخدم في صنّع الزبادي.
بادئات التخمّر	زبادي من يوم سابق يُستخدم لتخمير اللبن الجديد.
التحضين	عملية حفظ اللبن في درجة حرارة تتراوح ما بين ٤٠ و ٤٥ درجة مئوية لمدة ٤-٨ ساعات حتّى يتحوّل سُكَّر اللاكتوز إلى حمض اللاكتيك.
تشريح الزبادي	أحد الغيوب التي تظهر عند تصنيع الزبادي، ويحدث نتيجة ارتفاع درجة حرارة التحضين أو طول مدة التحضين.

المصطلح	التعريف
المشروبات الغازية	مشروبات تحتوي على سكريات عالية ومكونات أخرى ضارة بالجهاز الهضمي.
المُحليّات الصناعية	بديل السكر يضاف للمشروبات الغازية الدايت وتضرُّ بالبكتيريا المفيدة الموجودة بالجهاز الهضمي؛ ممّا يُحدُّ من قدرة الجسم على معالجة السُّكَّر وتؤدي لزيادة الشهية وزيادة استهلاك السعرات الحرارية وزيادة الوزن.
حمض الفوسفوريك	أحد مكونات المشروبات الغازية ويعوق عملية امتصاص الجسم للكالسيوم الضروري لصحة العظام.
سوء التغذية	عدد من الأمراض والتي تحدث بسبب عدم استهلاك ما يكفي من العناصر الغذائية لنمو وصحة الجسم، مثل: هشاشة العظام، التقرُّم، فقر الدم (الأنيميا) وغيرها.
الوجبات السريعة	وجبات تحتوي على نسبة عالية من السُّكَّر، والدهون، والكربوهيدرات وتفتقر إلى الألياف، والفيتامينات، والأملاح المعدنية.
أخصائي التغذية	شخص متخصص في الرعاية الصحية مع التركيز على مجال التغذية والحالات الصحية المرتبطة بها.
المهارات الفنية	هي قدرات محددة وقابلة للقياس، يمكن تعلُّمها واكتسابها من خلال التعليم أو التدريب أو الخبرة، وتُكتسب من التدريب الأكاديمي في مجالات مختلفة، مثل: الصناعة والزراعة كما تشمل مجموعة من المعارف إلى جانب إتقان التقنيات المختلفة.
المهارات الشخصية	هي المهارات غير الفنية الضرورية لإنجاز المهام في بيئة عمل احترافية، وهي مهارات عامة قابلة للتطبيق في مختلف المجالات وترتبط بالتعامل مع الآخرين والتواصل والتفكير الناقد وحل المشكلات، مثل: المرونة والقدرة على التكيف.
فن تنسيق الأزهار	أحد الفنون العريقة التي تعتمد على شخصية المنسّق وذوقه وبراعته.
التنسيق المتناظر (المتماثل)	أحد أنواع تنسيق الأزهار، فيه يوضع أطول أفرع الأزهار في منتصف الإناء، ويكون الجانبان متشابهين في ألوان الأزهار.
التنسيق غير المتناظر (غير المتماثل)	أحد أنواع تنسيق الأزهار، فيه يوضع أطول أفرع الأزهار في منتصف الإناء، ويكون الجانبان غير متشابهين في ألوان الأزهار.
التنسيق الرأسي	أحد أنواع تنسيق الأزهار، يُستخدم في الأواني ذات الفوهة الضيقة؛ حيث توضع الأزهار بشكل تكون متدرّجة في الطول.

مشروع الفصل الدراسي الثاني



١ اقرأ الموضوع الآتي، واعمل على تنفيذه.

الموضوع:

- تخيل أنك ستنشئ شركة تقدم خدمات إصلاح المنازل أو شركة لإنتاج المواد الغذائية. فكّر في أهميّة ما تقوم به الشركة التي اخترتها من أعمال، وفي مختلف الأشخاص ومهارات مكان العمل المطلوبة، وكيف يمكن للشركة أن تفيد الاقتصاد المحلي. سوف تعمل ضمن فريق للتخطيط لشركتك، وسوف تتخذ القرار بشأن ما تحتاج إليه من موظفين ماهرين ومبدعين، إضافة إلى العاملين في مجال المبيعات والتسويق.

٢ اختر أعضاء فريقك. مع من تعمل؟

-
-

٣ عصف ذهني

فكّر بالأفكار الآتية، وناقشها ضمن فريقك.

- ما الخدمات التي ستقدمونها أو المنتج الذي ستنتجون؟ كيف ستقومون بإنشائها وتطويرها؟ وما ستكون السوق المستهدفة؟
- ما المهارات التي تحتاج إلى توظيفها؟ وهل باستطاعتك إيجادها محلياً؟ قرر ما إذا كنت توظّف أشخاصاً للقيام بكافة الأعمال، أو ستقوم الشركات التي تتعامل معها بتأدية بعض المهن؟ اشرح ذلك.
- ما مخاطر الصحة والسلامة الموجودة في عملك؟ كيف ستمنع حدوثها؟ كيف ستحافظ على سلامة موظفيك؟ كيف ستحمي عملاءك؟
- توقّع الحُجج التي سيقدمها المجتمع والتي تعارض شركتك في المنطقة. حضّر ردوداً على ما قد يقولونه.
- كيف ستروّج لشركتك في مجتمعك؟
- أنشئ حملة إعلانية لشركتك، وشرح سبب أهمية هذه الحملة.

٤ التخطيط

- قرّر من سيكون مسئولاً في كل مرحلة من مراحل المشروع، احرص على مراجعة الدروس المتعلقة بهذا المشروع لإيجاد المزيد من المعلومات، لمساعدتك في كل مهمة.

الدروس التي تتضمن معلومات عن موضوع هذا المشروع	من سيعمل؟ وعلى أي مهمة سوف يعمل؟
	تخطيط ما الخدمات أو المنتجات التي ستقدمها الشركة. كيف سيتم إنشاؤها أو تطويرها؟ ولمن؟
	ما المهارات المطلوبة؟ وما مصدرها؟ تحديد العمل الذي سيتم القيام به في الشركة، وما سيتم شراؤه من مصادر خارجية.
	تحديد احتياطات السلامة التي يجب مراعاتها بالنسبة إلى الشركة والعملاء معاً، والتحضير لكيفية التعامل معها.
	تحضير ردود للانتقادات الموجهة من العملاء للشركة.
	تخطيط للأنشطة الترويجية لجذب اهتمام المجتمع.
	إنشاء حملة إعلانية فعّالة.

٥ العمل ضمن فريق

- يجب أن يجتمع أعضاء الفريق مرة أخرى لمراجعة كل التصميم والمخططات والأفكار. قم بإجراء أي تغييرات أو تحسينات تراها ضرورية.

٦ المنتج النهائي. اعرض عملك أمام زملائك في الفصل

المهام الأدائية



١ أُصيب وليد بحروق سطحية من الدرجة الأولى أثناء حصّة العلوم عند عمل تجربة باستخدام لهب بنزن. اختر من الصور الآتية الإجراءات المناسبة للتعامل مع هذا النوع من الحروق، وضع علامة (✓):



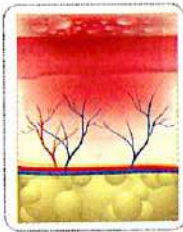
أ وضع كريم حروق () ب طلب الإسعاف () ج استشارة الطبيب ()



د عمل إنعاش رئوي () ه لف الإصابة بالشاش ()

٢ اختر الصورة المناسبة لكل من أنواع الحروق الآتية:

ج حروق الدرجة الثالثة



٣- تضرّر البشرة والأدمة

()

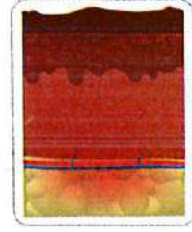
ب حروق الدرجة الثانية



٢- تضرّر البشرة فقط

()

أ حروق الدرجة الأولى



١- تضرّر جميع طبقات الجلد

()

اقتراح للإجابة

ه (✓)

ج (١)

ج (✓)

ب (٣)

أ (✓)

أ (٢)

٣ أثناء العمل يتعرّض عمّال السّباكة لأخطار متعدّدة؛ لذلك يجب الالتزام بإجراءات السلامة المختلفة للحماية من هذه الأخطار. اكتب رقم كل خطر تحت صورة إجراء السلامة المناسب؟

- أ الانزلاق والتعثر في موقع العمل.
ب إصابة العينين بالسوائل المتناثرة.
ج الحروق بسبب المياه الساخنة.
د استنشاق الأبخرة والمواد الكيميائية.



قفّازات حماية
()



كمامة واقية
()



حذاء مناسب
()



نظّارات واقية
()

٤ أثناء صناعة الزبادي قد تحدث بعض الأخطاء وتُسبّب أضرارًا. صلّ كل ضرر بالسبب:

١- طعم الزبادي لاذع أو حمضي.	أ ارتفاع درجة حرارة التحضين.
٢- ظهور الشرش على سطح الزبادي.	ب انخفاض درجة حرارة التحضين لأقل من ٤٠ درجة مئوية.
٣- الزبادي قوامه غير متماسك.	ج طول فترة التحضين عن المطلوب.

اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- من مراحل صناعة الزبادي
 أ التسخين ب التبريد ج التحضين د كل ما سبق
- ٢- تُعتبر المُربّي مصدرًا للفيتامينات والأملاح المعدنية.
 أ جيدًا ب سيئًا ج ضعيفًا د قليلًا
- ٣- مصادرة تهدف إلى جمع المياه في مكانها ممّا يمنع انتشار الغازات الكريهة.
 أ الفئران ب المياه ج الغازات د الذباب
- ٤- حروق تسبب ظهور التقرحات وخطر الإصابة بالعدوى.
 أ الماء الساخن ب الدرجة الثانية ج الدرجة الأولى د المواد الكيميائية
- ٥- الحروق من الدرجة الثالثة
 أ بسيطة ب سطحية ج تستدعي الذهاب للمستشفى د الثانية والثالثة
- ٦- من المخاطر التي يتعرّض إليها السبّاكون
 أ النعاس ب السعال ج الصداع د الحروق
- ٧- من الأدوات المستخدمة لصناعة المُربّي
 أ الترمومتر ب ورق الصنفرة ج ميزان المياه د ميزان رقمي
- ٨- من مراحل صناعة الزبادي
 أ التوزيع ب الفرغ ج العجن د التحضين
- ٩- من الضروري تسخين اللبن إلى هو الخطوة الأولى عند صناعة المُربّي.
 أ ١٠٠ ب ٩٠ ج ٨٠ د ٧٠
- ١٠- يُعدُّ هو الخطوة الأخيرة عند صناعة المُربّي.
 أ تجهيز الأدوات ب تحضير المكونات ج التعليب د خلط المكونات
- ١١- تُعرّض السبّاكين للإصابة بالأمراض.
 أ البكتيريا ب الفيروسات ج مياه الصرف الصحي د المياه الباردة
- ١٢- رقم الطوارئ لخدمة الإسعاف
 أ ١٢١ ب ١٢٣ ج ١٢٤ د ١٢٩
- ١٣- عند علاج الحروق البسيطة
 أ أغطي منطقة الحرق ب أردي الإكسسوارات ج أستخدم المعجون د أذهب للمستشفى
- ١٤- يجب على السبّاكين أماكن العمل للحفاظ على بيئة العمل آمنة.
 أ تلويث ب ترتيب ج إلقاء النفايات د تخريب
- ١٥- من المخاطر المحتملة عند مصنع المُربّي
 أ الحروق ب الوقوع ج النوم د الطاقة

محافظة الجيزة

إدارة كدراسة التعليمية

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- ترتيب أماكن العمل يُقلِّل من مخاطر التعرُّض. ()
- ٢- اتِّباع احتياطات السلامة يحمي السبَّاكين من الأمراض. ()
- ٣- يُعدُّ الزبادي مصدرًا جيدًا للبروتين. ()
- ٤- يحتوي التفاح على نسبة بكتين أعلى من غيره. ()
- ٥- تستمر فترة التحضين من ٤-٨ أيام. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- يجب ترتيب أماكن العمل وارتداء أحذية السلامة للحماية من
 أ الأبخرة السامة ب الحروق ج الصعقات الكهربائية د الانزلاق
- ٢- ارتداء الخوذات ضروري في المواقع
 أ الزراعية ب الصناعية ج التجارية د السياحية
- ٣- لحماية العينين من الإصابة بالسوائل المتناثرة والحطام المتساقط نرتدي
 أ النظارات الواقية ب الخوذات ج الأحذية المتينة د القفَّازات
- ٤- يُستخدم حمض في صناعة المُرَبَّى.
 أ الستريك ب الهيدروليك ج الخليك د الكبريتيك
- ٥- يصبح طعم الزبادي حمضيًّا إذا زادت فترة
 أ البسترة ب التحضين ج التسخين د التبريد

٣ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(خشبية - التنفس - البشرة - الحروق - معدنية - الكيميائية)

- ١- تصيب الحروق من الدرجة الأولى بالاحمرار والألم.
- ٢- الحروق هي إصابات تنتج عند التعرُّض للمواد
- ٣- نستخدم شاشًا خاصًا بالحروق عند الإصابة بـ
- ٤- يجب إبعاد المُصاب بالصدمة الكهربائية عن مصدر الكهرباء باستخدام عصا
- ٥- يجب عمل إنعاش قلبي رئوي إذا وجد المُصاب صعوبة في



٣

محافظة الغربية

إدارة غرب المحلة التعليمية

١ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- استخدام مشعل البروبان قد يُعرّض السبّاكين لخطر
 أ التعرّض للحرق ب السقوط والتعثر ج استنشاق الأبخرة د الصدمات الكهربائية
- ٢- تهدف إلى منع انتشار الغازات الكريهة الناجمة عن الصرف الصحي.
 أ مصيدة المياه ب مواسير المياه ج أنابيب البولي فينيل د وصلة الأنابيب
- ٣- تُطهى المُرَبّي على درجة حرارة حتى يتماسك قوامها.
 أ ١٠ مئوية ب ١٥ مئوية ج ١٠٥ مئوية د ٩٠ مئوية
- ٤- يجب عمل إذا وجد المصاب صعوبة في التنفس.
 أ كمّادات ب علاج منزلي ج جبيرة د إنعاش قلبي

٢ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- درجة حرارة ٤٠ مئوية هي الأفضل لنمو البكتيريا المفيدة. ()
- ٢- يُستخدم مشعل البروبان لتسليك البالوعات المسدودة. ()
- ٣- ليس من الضروري غسل الفاكهة قبل تصنيع المُرَبّي. ()
- ٤- تظهر تقرّحات الجلد مع حروق الدرجة الأولى. ()

٣ أجب عمّا يأتي:

١- اذكر أهمية البكتين عند صناعة المُرَبّي.

٢- اذكر أهمية استخدام السبّاكين سلاّم وسقالات جيدة.

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- السيدة صفية زغلول زوجة الزعيم سعد زغلول. ()
 ٢- المناظرة هي تبادل الآراء والحُجج بين فريقين. ()
 ٣- الذي يحتاج إلى وجبات صحّية منزلية هم الأطفال وكبار السن فقط. ()
 ٤- اتّباع الإجراءات الاحترازية ساعد على الحد من انتشار الأمراض والأوبئة. ()
 ٥- يجب التأكد من وجود أسلاك الكهرباء على أرضية المسرح. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- تحتوي المشروبات على مكّونات ضارة بالجهاز الهضمي.
 أ) المركزة ب) الصحّية ج) الغازية د) الطازجة
- ٢- تحتوي حقيبة الإسعافات الأولى على
 أ) الأدوية ب) المياه ج) الطعام د) المخبوزات
- ٣- ساهمت الوجبات السريعة في زيادة انتشار أمراض
 أ) الدرن ب) الكورونا ج) الكبد د) المخبوزات
- ٤- أحد العاملين الأساسيين بالمسرحية
 أ) المعلم ب) الطبيب ج) السبّاك د) المُخرج
- ٥- أحد الأطعمة قليلة الدسم هي
 أ) رقائق الدُّرة ب) البطاطس المقلية ج) الفشار والمكسرات د) البرجر
- ٦- يمكن مساعدة الشخص الذي يعاني من الاختناق عن طريق الضغط على
 أ) رأسه ب) صدره ج) ظهره د) بطنه
- ٧- إحدى الأكلات المصرية التقليدية
 أ) الدجاج المقلي ب) رقائق البطاطس ج) الأرز د) الملوخية
- ٨- تقديم الرعاية للأشخاص الذين يحتاجون لإسعافات أوليّة من اختصاص مُمرّضي غرفة
 أ) الأشعة ب) الطوارئ ج) الأطفال د) الصحّة النفسية
- ٩- المُحطّيات الصناعية تجعل امتصاص العناصر الغذائية
 أ) أسهل ب) أصعب ج) أكثر د) أسرع
- ١٠- قادت صفية زغلول المشاركات في ثورة ١٩١٩.
 أ) النساء ب) الرجال ج) الأطفال د) الشيوخ



محافظه الشرقية

٢

إدارة مشتل السوق التعليمية

١ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- تحتوي المشروبات على مكونات ضارّة بالجهاز الهضمي.
 أ الطازجة ب الصحيّة ج الغازية د المركزة
- ٢- الأطعمة السريعة تحتوي على نسبة عالية من
 أ الفيتامينات ب الألياف ج البروتين د الدهون
- ٣- نستخدم شرائح الكرتون في المسرحيات الصفّيّة لصناعة
 أ الأزياء ب الشخصيات ج الديكورات د الإضاءة
- ٤- عملت السيدة مورتون كمُمرضة في قسم
 أ الطوارئ ب الجراحة ج الأطفال د العظام
- ٥- إحدى الأكلات التقليدية المصرية الصحيّة
 أ البرجر المقلي ب رقائق الدُرّة ج الملوخية د الدجاج المقلي
- ٦- ساهمت الوجبات السريعة في زيادة انتشار أمراض
 أ الدرن ب الكبد الدهني ج الأنفلونزا د الكورونا
- ٧- يُعدُّ الفول مصدرًا غنيًا لكل من
 أ الدهون والبروتين ب البروتين والألياف ج السُّكَّر والألياف د الكربوهيدرات والأملاح
- ٨- تقديم الرعاية للأشخاص الذين يحتاجون إلى إسعافات أوليّة فورية اختصاص مُمرّض
 أ الأشعة ب غرفة الطوارئ ج الأطفال د الصّحة النفسية
- ٩- لُقّب المصريون السيدة صفّيّة زغلول بـ
 أ أم المصريين ب السيدة الجميلة ج زوجة الزعيم د المرأة السعيدة
- ١٠- تم تحويل منزل آل زغلول المعروف بمنزل لمتحف.
 أ الألعاب ب الهدايا ج الطلبة د الأمة

٢ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تقلل المشروبات الغازية الأنسولين في الدم. ()
- ٢- يستطيع التلاميذ استخدام النسيج الملوّن لصناعة أزياء المسرحية الصفّيّة. ()
- ٣- تُعد الوجبات السريعة مصدرًا غنيًا بالبروتين. ()
- ٤- وجود أفراد لأوقات كبيرة في العمل شجعهم على تناول الوجبات المُعدّة بالمنزل. ()
- ٥- تزيد المشروبات الغازية من الوزن. ()

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- البكتيريا التي تُخَمَّر اللبن الزبادي هي بكتيريا ضارة للجهاز الهضمي. ()
- ٢- من مميزات الزبادي الجيد أن طعمه لاذع جدًا أو حمضي. ()
- ٣- ارتفاع مستويات السُّكَّر في الدم يتسبَّب في مرض السُّكَّرِي. ()
- ٤- تخلو المشروبات الغازية من الفيتامينات. ()
- ٥- تناول الوجبات الصحيَّة يمكن أن يؤدي إلى زيادة الوزن وسوء التغذية. ()
- ٦- يقوم التلميذ بإدارة المناظرة ليؤكد على المعلومة الصحيحة. ()
- ٧- تُعدُّ الملوخية من الأطباق ذات القيمة الغذائية العالية. ()
- ٨- يمكن استخدام قصاصات الورق والنسيج الملونة لصنع الأزياء. ()
- ٩- يرجع سبب تسمية صفية زغلول إلى والدها. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- هو لبن مخمَّر بأنواع من بكتيريا حامض اللاكتيك
 أ المُرَبَّى ب الزبادي ج العصير د اللحوم المصنعة
- ٢- ارتفاع مستويات السُّكَّر في الدم يتسبَّب في مرض
 أ ارتفاع ضغط الدم ب السكري ج السرطان د الإنفلونزا
- ٣- تُعدُّ من أمثلة وجبات الماضي كانت تقدِّم مع الفلفل الملون وتُعدُّ وجبة لذيذة وصحيَّة
 أ البيوتزا ب الكبة الإسكندراني ج الشاورما د الدجاج المشوي
- ٤- يُمكن أن تصبح الوجبات التقليدية لذيذة من خلال إضافة عليها.
 أ الخل ب الماء ج الأعشاب د الدهون
- ٥- هو جزء من المسرحية ككل
 أ المشهد ب الحبكة ج الإعداد د الإخراج
- ٦- حول منزل آل زغلول المعروف بمنزل الأمة إلى
 أ مسرح ب سينما ج متحف د مدرسة

اختبارات سلاح التلميذ

على الفصل الدراسي الثاني

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

الاختبار الأول

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تخلو المشروبات الغازية من الفيتامينات. ()
- ٢- تحضير البرجر في المنزل مع مكونات صحيّة يجعله خيارًا أفضل. ()
- ٣- أحذية السلامة تحمي السبّاكين من التعرّض للانزلاق. ()
- ٤- المُخرج أحد العاملين الأساسيين بالمسرحية. ()
- ٥- إذا لم تتماسك المُربّي بعد الطهو يضاف إليها القليل من الملح. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- أي من الإصابات الآتية لا يستدعي اصطحابه إلى المستشفى
أ الصدّات الكهربائية ب الحروق البسيطة ج النوبات القلبية د السكتات الدماغية
- ٢- الوجبات السريعة تحتوي على نسبة عالية من
أ الفيتامينات ب الألياف ج الدهون د البروتينات
- ٣- تُستخدم لإخفاء الفوضى في أماكن العرض.
أ الملابس ب العملاء ج البضائع د شاشات العرض
- ٤- إحدى الحالات الطبية الطارئة التي يتدرب المُمرّضون على التعامل معها هي
أ الصداع البسيط ب التهاب الحلق ج السكتة الدماغية د الحساسية الموسمية
- ٥- يمكن للتلاميذ تكوين علاقات تفيدهم في مستقبلهم المهني عبر الالتحاق بـ
أ المكتبة ب النادي ج وظيفة دائمة د وظيفة مؤقتة

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- تُعدّ الخطوة الأولى من خطوات صناعة الزبادي هي
- ٢- ركزت السيدة صفية زغلول على حقوق
- ٣- يتم إعادة تدوير الملابس عن طريق
- ٤- يجب إبعاد الزهور عن المباشرة.

٤ أجب عمّا يأتي:

- ما المصادر التي يمكن استخدامها للبحث عن صور لتصميم الفانوس؟

الاختبار الثاني

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يمكننا وضع مزيل العرق لعلاج الحروق البسيطة. ()
- ٢- البكتيريا التي تُخَمَّر اللبن هي بكتيريا ضارة للجهاز الهضمي. ()
- ٣- تأسيس أي مشروع لا يحتاج إلى رأس مال. ()
- ٤- يمكن استخدام الأشكال الهندسية لتزيين الفانوس. ()
- ٥- تساهم الملصقات الترويجية في نجاح المعارض. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- ترتيب السبّاك لأماكن العمل يقلل من مخاطر
 أ الحريق ب التعرُّر ج استنشاق الأبخرة د تناثر السوائل
- ٢- سلسلة من الأحداث المترابطة هي
 أ المشهد ب الحبكة ج الإعداد د السيناريو
- ٣- لَقَّبَ المصريون السيدة صفية زغلول بلقب
 أ أم الثورة ب أم الشهداء ج زوجة الزعيم د أم المصريين
- ٤- أولى خطوات التطريز هي
 أ اختيار الغرز ب عمل الغرز ج اختيار التصميم د تنفيذ التصميم
- ٥- تتحقق المواطنة المسؤولة في خدمة المجتمع عبر
 أ زيارة أماكن العمل ب الوظائف المؤقتة ج ممارسة الألعاب الإلكترونية د

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يجب التخلص من الأجزاء من الفاكهة قبل صناعة المُرَبِّي.
- ٢- المتخصص في الرعاية الصحيّة مع التركيز على مجال التغذية هو
- ٣- تفتقر الوجبات إلى العناصر الغذائية والأساسية والألياف.
- ٤- يوضع في التنسيق المتناظر الأفرع الطويلة في

٤ أجب عمّا يأتي:

- كيف تؤثر المُحَلِّيات الصناعية الموجودة في المشروبات الغازية على الجسم؟



الاختبار الثالث

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- إضافة التوابل لا تؤثر على نكهة الأطعمة الصحيّة. ()
- ٢- توضع الأزهار بشكلٍ متدرّج في الطول في التنسيق المتماثل. ()
- ٣- الخطوة الأولى في إسعاف المصاب بالاختناق هي الوقوف أمامه مباشرةً. ()
- ٤- المناظرة هي تبادل الآراء والحُجج حول موضوع ما. ()
- ٥- أحد المخاطر التي يواجهها السبّاكون التعرّض للسقوط من الأماكن المرتفعة. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يوضع مقدار ٥ جرامات من حمض الستريك لكل كيلوجرام
 أ الملح ب الماء ج السُكَّر د الدقيق
- ٢- لبن متخمّر بأنواع من بكتيريا حامض اللاكتيك
 أ المُرَبِّي ب الزبادي ج العصير د البكتين
- ٣- تصميم جذّاب يلعب دورًا محوريًا في تفرّد المنتج عن غيره.
 أ شعار ب صورة ج رمز د رف
- ٤- التدريب المهني المتخصص يُمكن الأفراد من اكتساب
 أ المهارات الاجتماعية ب المهارات اللغوية ج المهارات القيادية د المهارات الفنيّة
- ٥- الهدف من منصّة هوي هو الأعمال الفنيّة.
 أ مسح ب حذف ج تسجيل د عرض

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- الإصابات التي تنتج عن التعرّض للحرارة أو المواد الكيميائية والتيار الكهربائي هي
- ٢- يَنْتُج من تصنيع الملابس الجديدة الكثير من
- ٣- يُستخدم ورق لنسخ التصميم على القماش.
- ٤- حمض الفوسفوريك يعوق عملية امتصاص الجسم للـ

٤ أجب عمّا يأتي:

- لماذا يجب الحرص على عدم وجود أسلاك على أرضية المسرح؟

الاختبار الرابع

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يرجع سبب تسمية صفية زغلول إلى أخيها. ()
- ٢- يجب ترك أسلاك الإضاءة على الأرض داخل المسرح. ()
- ٣- يسهم التعليم الأكاديمي في اكتساب المهارات. ()
- ٤- بعد طهو المُرَبِّي نفرغها في برطمانات معقمة. ()
- ٥- مصيدة المياه تمنع انتشار الغازات الكريهة الناجمة من الصرف الصحي. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- الزبادي عبارة عن لبن متخمّر بأنواع من بكتيريا حمض
 أ) اللاكتيك ب) الفركتوز ج) البوريك د) الستريك
- ٢- نستخدم البطاريات في صناعة الفانوس اليدوي
 أ) لنقل التصميم ب) للتزيين ج) للإضاءة د) للصلق أجزائه
- ٣- لنجاح المعرض يجب الترحيب بالزوار بطريقة
 أ) عدائية ب) ساخرة ج) عنيفة د) ودية
- ٤- عند اختيار الزهور للتنسيق يجب أن تكون سيقانها
 أ) متسخة ب) متماسكة ج) ليّنة د) مفككة
- ٥- تناول المشروبات الغازية المحتوية على المُحَلِّيات الصناعية يؤدي إلى زيادة
 أ) المعادن ب) الوزن ج) الفيتامينات د) البروتينات

٣) أكمل المبررات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- تقدر السيدة هوي أن دخل الفنانين الحالي أعلى من السابق.
- ٢- إضافة الخضراوات، الحبوب الكاملة، والبقوليات يرفع القيمة للوجبة.
- ٣- لإضافة التنوع على التطريز، يتم استخدام تطريز مختلفة.
- ٤- الطعام المُعدُّ في المنزل يوفر الاحتياجات الغذائية اللازمة لممارسة

٤) أجب عما يأتي:

- ما الطبقات الجلدية المتأثرة في حروق الدرجة الثانية؟



الاختبار الخامس

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- لتعقيم برطمانات حفظ المُرَبِّي يجب وضعها تغلي لمدة ٤٠ دقيقة. ()
- ٢- فهم مبادئ الهندسة إحدى المهارات الفنيّة. ()
- ٣- إضافة الشاي في ماء الزهرية يمد الأزهار بالطاقة. ()
- ٤- تعمل السيدة مورتون مُمرّضة في مستشفيات إنجلترا. ()
- ٥- تُعتَبَر المشروبات الغازية الدايت بديلاً صحياً للمشروبات الغازية. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- حروق الدرجة تؤثر على الطبقة الخارجية للبشرة والطبقة الثانية من الجلد.
أ الخفيفة ب الثانية ج الثالثة د السطحية
- ٢- أحد إجراءات السلامة في المسرحية ألاّ يلمس معدات الإضاءة إلّا
أ المُخرج ب الممثل ج الفني د المدير
- ٣- يعود تاريخ فنّ التطريز إلى
أ الرومان ب اليونان ج البطالمة د القدماء المصريين
- ٤- يُغلّف الفانوس بالقماش المُطرّز ويُثبّت باستخدام
أ المنشار ب مسدس الشمع ج فرشاة الطلاء د المفك
- ٥- للتدريب على كيفية عرض المنتجات يجب تلقّي من الزملاء.
أ الملاحظات ب الطعام ج الشكر د الهدايا

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يستخدمه السبّاك للحام الأنابيب
٢- خلال عملية التحضين يتم تحويل سكر إلى حمض اللاكتيك.
- ٣- الفواكه من البدائل الصحيّة للحلويات عالية السكر.
- ٤- رواد الأعمال بحاجة إلى وهو الأموال أو المُعدّات الضرورية لبدء مشروع تجاري صغير.

٤ أجب عمّا يأتي:

- كيف ساهمت الأكشاك والمطاعم المحلية في انتشار الوجبات السريعة؟

الاختبار السادس

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تحديد حجم المكان لعرض المنتجات أمر غير مهم. ()
- ٢- يمكن استخدام قصاصات الورق للنسيج الملون لصنع الأزياء المسرحية. ()
- ٣- أحد أبرز إنتاجات الدكتور أحمد مستجير هي مشروع «زراعة الفقراء». ()
- ٤- مُمرّضو غرف الطوارئ يقومون برعاية الأشخاص الذين يحتاجون إلى عناية فورية. ()
- ٥- عند الإصابة بحروق الدرجة الثالثة يجب الاتصال بالإسعاف ١٢٣. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- عند تعبئة المُربّي يجب تعقيم
 أ. السُّكَّر ب. البكتين ج. البرطمانات د. حمض الستريك
- ٢- أحد الأطعمة قليلة الدسم هو
 أ. الخبز الأبيض ب. رقائق البطاطس ج. البرجر د. الفشار
- ٣- يُعدُّ توفير استهلاك الطاقة من إحدى فوائد الملابس.
 أ. إنتاج ب. حرق ج. إهمال د. إعادة تدوير
- ٤- تُستخدم بعض عُرز التطريز في الفانوس.
 أ. تجميع ب. تزين ج. لصق د. إنارة
- ٥- تفتقر الوجبات السريعة إلى
 أ. الدهون ب. السُّكَّر ج. الفيتامينات د. الكربوهيدرات

٣) أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- تبلل الأسلاك يُعرّض السبّاك لمخاطر
- ٢- تشمل المهارات التفكير التحليلي والإبداعي والمرونة والقدرة على التكيف.
- ٣- تكون ألوان الأزهار على الجانبين غير متشابهين في التنسيق
- ٤- تحتوي المشروبات الغازية على مكونات تضر بالجهاز

٤) أجب عمّا يأتي:

- ما السبب الذي يجعل طعم الزبادي لاذعًا أو حمضيًا؟



الاختبار السابع

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- حروق الدرجة الثانية تُعتبر الأبسط بين أنواع الحروق. ()
- ٢- الكبد الإسكندراني تُعدُّ مصدرًا غنيًا بالبروتين فقط. ()
- ٣- الأوراق الموجودة أعلى الأزهار سريعة التعفن. ()
- ٤- تستخدم شرائح الكرتون المسرحيات الصفيّة لصناعة الأزياء. ()
- ٥- استخدام السلال المناسبة يحمي السبّاك من مخاطر السقوط على الأرض. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- المشروبات الغازية لا تحتوي على
 أ السكرّيات ب المُحلّيات الصناعية ج حمض الفوسفوريك د الفيتامينات
- ٢- استخدام اللافتات وشاشات العرض يعمل على إخفاء
 أ الدعوات ب الفوضى ج الشعار د المنتجات
- ٣- إنتاج ملابس جديدة يحتاج كمّية كبيرة من
 أ الألوان ب المعادن ج الطاقة د المياه
- ٤- الفوانيس قديمًا كانت تُستخدم للاحتفال بشهر
 أ شوال ب رمضان ج شعبان د مُحرّم
- ٥- استفادت بعض الدول من أبحاث د. مستجير في زراعة محصول
 أ التفاح ب الطماطم ج الأرز د البنجر

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يضاف حمض الستريك إلى القليل من الماء عند إعداد المُربّي.
- ٢- يُعدُّ التمريض مهنة أساسية في
- ٣- يظهر الشرش على الزبادي بسبب طول ارتفاع درجة حرارة
- ٤- يزوّد التدريب الأفراد بالمهارات الفنيّة لقطاعات الأعمال.

٤ أجب عمّا يأتي:

- ما المقصود بأخصائي التغذية؟

الاختبار الثامن

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- البكتين هو مادة طبيعية مستخلصة من الفاكهة تساعد على تماسك المُربّي. ()
- ٢- السيناريو هو جزء من المسرحية ككل. ()
- ٣- التحضين يعطي الزبادي قوامًا سميكًا. ()
- ٤- تقوم السيدة هوي بتسويق الأعمال الفنية باستخدام معرض فني. ()
- ٥- يُعتبر الدكتور أحمد مستجير رائد علم الهندسة الوراثية في مصر والعالم العربي. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يُعدّ إتقان التقنيات إحدى المهارات
 أ اللغوية ب الفنية ج الرياضية د الشخصية
- ٢- الهدف من تحديد حجم مكان المعرض المراد إقامته تحديد كمية
 أ مقاعد العملاء ب المعروضات ج المُعدّات د الزائرين
- ٣- أولى خطوات التطريز هي
 أ اختيار التصميم ب تنفيذ التصميم ج عمل عُرز د اختيار العُرز
- ٤- يُعدّ تنسيق الأزهار أحد الفنون التي تعتمد على شخصية المنسق.
 أ الوسطى ب الحديثة ج الجديدة د العريقة
- ٥- يجب على السبّاكين إبقاء اللهب أثناء اللحام على مسافة من المواد القابلة للاشتعال.
 أ قريبة ب بعيدة ج متوسطة د غير محدودة

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يجب عمل إنعاش قلبي رئوي إذا وجد المُصاب صعوبة في
 ٢- اكتشفت الإحصائيات أن ٣٥% من الأطفال و ٤٠% من البالغين في مصر يعانون حاليًا من زيادة
 ٣- البديل الصحيّ للخبز الأبيض هو الخبز الذي يحتوي على دقيق
 ٤- أحد مكوّنات المشروبات الغازية التي قد تسبب خطر الإصابة بمرض السرطان هي

٤ أجب عمّا يأتي:

- ما المناسبة التي يتم استخدام الفوانيس بها؟



الاختبار التاسع

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- علينا الاتصال بالإسعاف في حالة حروق الدرجة الثالثة. ()
- ٢- تعمل شركة هوي كمنصة لعرض الأعمال الفنية. ()
- ٣- تصميم الدعوات الجذابة يلعب دورًا في جذب العملاء. ()
- ٤- مُمرّضو قسم الجراحة مسؤولون عن إجراء العمليات الجراحية. ()
- ٥- الإفراط في تناول المشروبات الغازية يرفع مستوى البروتينات في الدم. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يُحفظ الزبادي في الثلاجة في عبوات
 أ معقمة ب مفتوحة ج ملوثة د ملونة
- ٢- أي ممّا يلي لا يُعدّ من أضرار الوجبات السريعة
 أ زيادة الشهية ب زيادة الحديد في الدم ج زيادة الوزن د سوء التغذية
- ٣- حفاظًا على الصحة تجنّب إعداد الطعام
 أ المقلي ب المشوي ج المفيد د الصحي
- ٤- يجب إجراء عملية تبريد للأزهار بوضع سيقانها في ماء بارد لمدة
 أ ساعة ب ساعتين ج ثلاث ساعات د أربع ساعات
- ٥- لحماية عمّال السّباكة من الأبخرة السامة يجب ارتداء
 أ الخوذات ب النظارات ج الأقنعة د الأحذية

٣ أكمل المبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- أحد إجراءات السلامة في المسرحية ألاّ يلمس معدات الإضاءة إلّا
 ٢- استخدم المصريون القدماء خيوط لصنع القطع المهمة.
 ٣- تتحقق المواطنة المسؤولة في خدمة المجتمع عبّر العمل
 ٤- لحماية العين عند تصميم الفانوس تستخدم الواقية.

٤ أجب عمّا يأتي:

- ما الذي يحدث إذا أضفنا كمية غير مناسبة من السكر عند إعداد المربّى؟

الاختبار العاشر

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- المُعجّنات من الدقيق الأبيض تكون منخفضة الألياف. ()
- ٢- يمكن استخدام الدباسة لتجميع أجزاء الفانوس الخشب. ()
- ٣- عرض تصميمات الفنانين على موقع إلكتروني يحميها من التعرّض للتلف. ()
- ٤- يرتدى السبّاك القناع للحماية من الحرق عند الحفر. ()
- ٥- بادئآت التخمر عبارة عن زبادي من يوم سابق. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يضاف لحفظ المُرّي.
 - أ) الملح
 - ب) حمض الستريك
 - ج) السُّكَّر
 - د) البكتين
- ٢- يتم حفظ الأزهار بعد قطعها عن طريق غمر في ماء بارد.
 - أ) ثمارها
 - ب) أوراقها
 - ج) سيقانها
 - د) ثمارها
- ٣- لحماية البيئة يجب الاهتمام بـ
 - أ) إعادة التدوير
 - ب) حرق المخلفات
 - ج) رش المبيدات
 - د) حرق الأوراق
- ٤- تشمل المهارات الفنيّة
 - أ) التفكير التحليلي
 - ب) التفكير الإبداعي
 - ج) الوعي الذاتي
 - د) تصميم الأزياء
- ٥- المشروبات لا تحتوي على الفيتامينات والمعادن والبروتينات.
 - أ) الصحيّة
 - ب) الغازية
 - ج) الطبيعية
 - د) المفيدة

٣) أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- نقص الحديد في الدم يسبب مرض
- ٢- يمكن استخدام المسرح للترويج عن
- ٣- حصل د. أحمد مستجير على جائزة الدولة التقديرية في مجال العلوم و
- ٤- تؤثر حروق الدرجة الثانية على الطبقة الثانية من الجلد وتُسمّى

٤) أجب عمّا يأتي:

- ما العناصر التي يجب أن تتضمنها الملصقات الترويجية؟

اختبارات بعض المحافظات على الفصل الدراسي الثاني

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

محافظه القاهرة

إدارة القاهرة الجديدة التعليمية

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- حروق الدرجة الثالثة هي أبسط أنواع الحروق. ()
- ٢- يتم تبريد اللبن بسرعة لتصل درجة حرارته إلى ٤٠ درجة مئوية. ()
- ٣- إصابة العينين بالسوائل المتناثرة تشكّل أحد أخطر أعمال السّباكة. ()
- ٤- يُستخدم البكتين لحفظ المُربّى. ()
- ٥- التعرّض للأنابيب الساخنة يمثل خطرًا في أعمال السّباكة. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- للوقاية من مخاطر استنشاق الأبخرة والمواد الكيميائية والرصاص يجب ارتداء
أ الأقنعة ب النظارات الطبيّة ج أحذية السلامة د القفّازات
- ٢- أولى خطوات صناعة المُربّى هي
أ تعقيم البرطمانات ب تحضير الأدوات ج التعليل د التقليل
- ٣- ارتفاع حرارة التحضين يسبب ظهور
أ العفن ب البكتيريا ج الشرش د الجراثيم
- ٤- الإجراء الأول عند تعرّض شخص لصدمة كهربائية
أ إيقاف التيار الكهربائي ب لمس التيار الكهربائي ج تحريك المُصاب د وضع كُريم حروق
- ٥- نضيف ٥ جرامات من حمض السيتريك إلى كل كيلو عند صنع المُربّى.
أ فاكهة ب بتكين ج سكر د ماء
- ٦- مكونات المُربّى الأساسية هي
أ الفاكهة، السُّكر، حمض السيتريك ب الفاكهة، السُّكر، الماء
ج الفاكهة، السُّكر، الملح د الفاكهة، الماء، الملح
- ٧- سبب طعم الزبادي اللاذع أو الحمضي هو
أ ارتفاع حرارة ب انخفاض حرارة ج طول مدة د قصر مدة
- ٨- يتحوّل سكر إلى حمض اللاكتيك أثناء صناعة اللبن الزبادي.
أ البكتين ب السكروز ج اللاكتوز د الفركتوز
- ٩- عند تعرّض شخص لحروق من الدرجة الثانية والدرجة الثالثة نقوم بـ
أ وضع كُريم للحروق ب استخدام معجون الأسنان
ج تغطية المنطقة المُصابة د الاتصال بالإسعاف
- ١٠- يجب الحرص على ارتداء نظّارات السلامة للوقاية من مخاطر إصابة
أ العينين ب الرّئتين ج القدمين د اليدين

محافظة الجيزة

إدارة الحوامدية التعليمية

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- نحرص على ترتيب أماكن العمل للحماية من التعرُّف. ()
- ٢- يُعدُّ الزبادي مصدرًا جيدًا للبروتين والكالسيوم. ()
- ٣- تُعدُّ رقائق البطاطس من الأطعمة قليلة الدسم. ()
- ٤- يُستخدم الدقيق الأبيض لصنع مخبوزات صحيّة. ()
- ٥- تصيب حروق الشمس طبقة الأدمة. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يحتوي خبز الحبوب الكاملة على كميات من
 أ الأملح ب السكريات ج الألياف د الدهون
- ٢- يُستخدم حمض في صناعة المُرَبَّى.
 أ الستريك ب الخليك ج الكبريتيك د اللاكتيك
- ٣- يجب ارتداء بالمواقع الصناعية.
 أ الحُلِي ب الخوذات ج الملابس الأنيقة د النظّارات الشمسية
- ٤- البرجر الجيد والصحيّ يُصنع في
 أ المطعم ب المصنع ج المنزل د المتجر
- ٥- آخر مراحل صناعة المُرَبَّى
 أ تحضير المكونات ب إضافة السُّكَّر ج التقليب المستمر د تغليب المُرَبَّى

٣ أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(حمض الفسفوريك - إنعاش قلبي - فقر الدم - كريم الحروق - المشهد)

- ١- يوجد في المشروبات الغازية ويضر بصحّة العظام.
- ٢- عند الإصابة بالحروق نضع على المكان المصاب.
- ٣- يُسبّب نقص الحديد مرض
- ٤- جزء من المسرحية ككل هو
- ٥- إذا وجد المصاب صعوبة في التنفس يجب عمل



اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يتم وضع على مكان الإصابة بالحروق الخفيفة.
 أ الليمون ب كريم الحروق ج معجون الأسنان د الخل
- ٢- اتّباع احتياطات السلامة يحمي السبّاكين من
 أ الإرهاق ب الضوضاء ج التلوث د الحروق
- ٣- يلزم إزالة من الفاكهة عند صناعة المُرَبّي.
 أ الأجزاء السليمة ب الأجزاء المتعفّنة ج السُّكَّر د الماء
- ٤- يُعتَبَر الزبائدي وجبة
 أ أساسية ب خفيفة ج غير صحيّة د ضارّة
- ٥- تحتوي المشروبات الغازية على كمّيّة كبيرة من
 أ السكريات ب المعادن ج الفيتامينات د الألياف
- ٦- يحتاج إلى وجبات صحيّة منزلية.
 أ السائقون ب المسافرون ج الموظفون د الرياضيون
- ٧- تُعدُّ رقائق البطاطس المقلية من الأطعمة
 أ قليلة ب كثيرة ج ضعيفة د جيدة
- ٨- البرجر الجيد والصحيّ يُصنع في
 أ المصنع ب المطعم ج المنزل د الشارع
- ٩- يساعد المسرح في الترويج لـ
 أ اللعب ب الشر ج السياحة د الخراب
- ١٠- يرتبط نجاح الموظف أو فشله باكتسابه
 أ الكلام ب المهارات ج السلوكيات الخاطئة د الألعاب
- ١١- يتم حفظ الأزهار بعد قطفها عن طريق غمر في الماء البارد.
 أ أوراقها ب سيقانها ج ثمارها د أزهارها
- ١٢- فنُّ التطريز هو فنُّ صناعة
 أ المصابيح ب الملابس المزينة ج التماثيل د اللوحات الجدارية
- ١٣- عند صناعة الفانوس يجب ارتداء النظّارات الواقية لحماية
 أ اليدين ب القدمين ج العينين د الرأس
- ١٤- استُخدمت الفوانيس لأول مرة في مصر للاحتفال بـ
 أ شهر رمضان ب عيد العمّال ج عيد الفطر د عيد الأضحى
- ١٥- يجب الترحيب بالزوار بطريقة لنجاح المعرض.
 أ ودية ب عدائية ج عنيفة د ساخرة

٤ محافظة الإسكندرية

إدارة وسط التعليمية

اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يجب عمل إذا وجد المصاب صعوبة في التنفس.

أ انعاش قلبي ب كمادات ج علاج منزلي د جبيرة
- ٢- يرتدي السبّاك القفّازات للحماية من

أ الأبخرة ب التعنّز ج الحروق د السقوط
- ٣- يجب ترتيب أماكن العمل وارتداء أحذية السلامة للحماية من

أ الحروق ب الأبخرة ج الجروح د الانزلاق
- ٤- أثناء صناعة المُرَبّي تكون درجة الحرارة المستخدمة

أ هادئة ب عادية ج مرتفعة د خافتة
- ٥- تُعدُّ المُرَبّي مصدرًا جيدًا

أ للأملاح ب للفيتامينات ج للدهون د للبروتين
- ٦- أفضل درجة حرارة لنمو البكتيريا المفيدة هي

أ ٤٠ درجة ب ٦٠ درجة ج ٩٠ درجة د ١٥٠ درجة
- ٧- أولى خطوات صناعة الزبادي هي

أ التحضين ب التبريد ج التسخين د التخزين
- ٨- تحتوي المشروبات الغازية علي كمّيات عالية من

أ السكريات ب الألياف ج المعادن د البروتينات
- ٩- ساهمت الوجبات السريعة في زيادة انتشار أمراض

أ الكبد الدهني ب الدرن ج الأنفلونزا د الكورونا
- ١٠- أحد إجراءات السلامة في المسرحية، ألاّ يلمس معدات الإضاءة إلّا

أ الممثل ب الفني ج المدير د المُخرج
- ١١- يصاب الأطفال بفقر الدم نتيجة نقص

أ النحاس ب الحديد ج فيتامين A د الدهون
- ١٢- يحرص المُمرّضون على تقديم للأشخاص الذين يحتاجون لها.

أ النقود ب الرعاية ج التدريب د الألعاب
- ١٣- تحتوي حقيبة الإسعافات الأوليّة على

أ الأدوية ب المياه ج الطعام د المخبوزات
- ١٤- يحصل اللبن الزبادي على قوامه السميك، بسبب عملية

أ التسخين ب التبريد ج الحفظ د التحضين
- ١٥- إحدى الأكلات التقليدية المصرية الصحيّة

أ الملوخية ب رقائق الذرة ج البرجر المقلي د الدجاج المقلي



محافظة المنوفية

٥

إدارة منوف التعليمية

اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- تتطلب حروق الدرجة الثالثة العلاج في
 أ المنزل ب المستشفى ج المدرسة د النادي
- ٢- للحماية من التزحلق يرتدي السبّاكون
 أ القفّازات ب أحذية السلامة ج الأقنعة د النظّارات
- ٣- يجب ترتيب أماكن العمل وارتداء أحذية السلامة للحماية من
 أ الأبخرة السامة ب الحروق ج الانزلاق د التسمم
- ٤- قد يتعرض السبّاك لخطر الإصابة بالحروق بسبب
 أ الأنابيب الساخنة ب السقالات ج نظّارات السلامة د الحطام المتناثر
- ٥- أثناء صناعة المُربّي تكون درجة الحرارة المستخدمة
 أ عالية ب هادئة ج ضعيفة د خافتة
- ٦- تعمل عملية على تحسين القوام النهائي للبن.
 أ التبريد ب التحضين ج التعليب د التخزين
- ٧- يُعدّ الزبادي مصدرًا جيدًا لـ
 أ الأملاح ب النحاس ج البروتين د الحديد
- ٨- تحتوي المشروبات على مكونات ضارة بالجهاز الهضمي.
 أ الطازجة ب الصحيّة ج الغازية د الطبيعية
- ٩- تحتوي الوجبات الصحيّة على كمّيات كبيرة من
 أ الأملاح ب النشويات ج الفيتامينات د الدهون
- ١٠- زيت الزيتون من الزيوت
 أ الضارّة ب المشبعة ج الصحيّة د المهدرجة
- ١١- يجب إرسال الشخص المُصاب بحروق إلى المستشفى.
 أ الشمس ب كهربائية ج بسيطة د سطحية
- ١٢- الزبادي عبارة عن لبن
 أ مملّج ب ملوّث ج مُتخمّر د فاسد
- ١٣- يُعدّ مصدرًا نباتيًا للبروتين والألياف.
 أ الفول ب الدجاج ج الأسماك د الفشار
- ١٤- تخزين كمّية من الغذاء في عنق الزهرة يساعد على الزهرة.
 أ بهتان لون ب تقليل طول ج زيادة عمر د سقوط أوراق
- ١٥- لحماية البيئة يجب الاهتمام بـ
 أ رش المبيدات ب حرق المُخلّفات ج هدر المياه د إعادة التدوير

6 محافظة السويس

إدارة حي الأربعين التعليمية

اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- قد تسبب حروق أضرارًا داخلية.
أ الشمس ب الدرجة الثانية ج الدرجة الأولى د الكهرباء
- ٢- يُعدُّ التمرّيز مهنة أساسية في كل
أ المصانع ب المتاجر ج المدارس د المستشفيات
- ٣- استبدال المشروبات الصحيّة بالمشروبات يؤدي إلى سوء التغذية.
أ المعدنية ب الغازية ج الجوفية د المالحة
- ٤- تتحقّق المواطنة المسؤولة في خدمة المجتمع عبْر
أ زيادة أماكن العمل ب الوظائف المؤقتة
ج العمل التطوعي د ممارسة الألعاب الإلكترونية
- ٥- الوجبات السريعة مشبعة بكميات من
أ الأملاح ب البروتينات ج الفيتامينات د الألياف
- ٦- عند الحفر يرتدي السبّاك القناع للحماية من
أ الحروق ب الصدمات ج الغرق د الغبار
- ٧- يتمّ تجميع أجزاء الفانوس الخشبية باستخدام
أ الطلاء ب الغُرز ج الغراء د الورق
- ٨- لإمداد الأزهار بالطاقة يضاف في ماء الزهرية.
أ الملح ب التوابل ج الشاي د السُّكَّر
- ٩- يعوق امتصاص الجسم للكالسيوم.
أ السُّكَّر ب المُحَلِّيات الصناعية ج حمض الفوسفوريك د البروتين
- ١٠- لحماية البيئة يجب الاهتمام بـ
أ رش المبيدات ب استخراج البترول ج حرق المُخلفات د إعادة التدوير
- ١١- تحتوي المشروبات على مكونات ضارّة بالجهاز الهضمي.
أ الطازجة ب الصحيّة ج الغازية د المركزة
- ١٢- البكتيريا المستخدمة في صناعة الزبادي تفيد الجهاز
أ العصبي ب الدوري ج التنفسي د الهضمي
- ١٣- للحفاظ على الصحّة يُفضّل تجنّب إعداد الطعام بـ
أ الشوي ب البخار ج الفرن د القلي
- ١٤- تسبب حروق تدمير جميع طبقات الجلد.
أ الشمس ب البسيطة ج الدرجة الثانية د الدرجة الثالثة
- ١٥- أثناء صناعة المُرَبَّى تكون درجة الحرارة المستخدمة
أ عالية ب هادئة ج ضعيفة د خافتة



محافظة المنيا

٧

إدارة ملوي التعليمية

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- عند حدوث حروق بسبب أشعة الشمس لا يُفضل أخذ حمام بارد. ()
- ٢- عند تصنيع المُرَبَّى يجب إزالة الأجزاء غير الصالحة من الفاكهة. ()
- ٣- ارتداء الأقنعة يحمي السبّاكين من التعرُّث في إمكان العمل. ()
- ٤- تبريد اللبن يساعد على تجنُّب نمو البكتيريا الضارّة والميكروبات. ()
- ٥- علينا الاتصال بالإسعاف في حالة الحروق من الدرجة الثالثة. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- تصاحب حروق الدرجة ظهور تقرُّحات وخطر الإصابة بالعدوى.
أ الأولى ب الثانية ج الثالثة د الرابعة
- ٢- تُعتبر المُرَبَّى مصدرًا لـ
أ الدهون ب النشويات ج الفيتامينات د الكالسيوم
- ٣- ترتيب أماكن العمل يُقلِّل من مخاطر
أ التعرُّث والسقوط ب استنشاق الأبخرة ج الحريق د الصدمات الكهربائية
- ٤- في حالة فقد شخص وعيه نتيجة صدمة كهربائية يمكن إسعافه عن طريق
أ معجون الأسنان ب مرهم الحروق ج الإنعاش القلبي د تغطية الوجه
- ٥- يُعتبر الزبادي مصدرًا جيدًا
أ للدهون ب للحديد ج للكالسيوم د للمياه

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يجب توفير التهوية المناسبة في مواقع عمل
- ٢- تمنع انتشار الغازات الكريهة الناجمة من الصرف الصحي.
- ٣- في حالة التعرُّض للحروق في المدرسة يُفضل إبلاغ بالمدرسة.
- ٤- لحماية العين من تناثر السوائل يجب على السبّاكين ارتداء
- ٥- تعقيم برطمانات تعبئة المُرَبَّى قبل تعبئتها على جودتها.

محافظة أسوان

إدارة دراو التعليمية

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- الحروق هي نوع من الإصابات التي تنتج عن التعرض للحرارة فقط. ()
- ٢- عند صناعة المُرَبَّى من التفاح تحتاج كمية كبيرة من البكتين. ()
- ٣- الغبار الناتج عن الحفر يُعدُّ خطرًا على عمَّال السِّبَاكة. ()
- ٤- يتم تسخين اللبن إلى ١٠ درجات مئوية لمدة عشر دقائق. ()
- ٥- يجب استخدام العلاجات المنزلية مثل معجون الأسنان لعلاج الحروق. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- يتعرَّض العاملون في مجال لخطر استنشاق الأبخرة السامة.
أ التعليم ب المحاسبة ج الإعلام د السِّبَاكة
- ٢- احتياجات السلامة للوقاية من مخاطر الانزلاق ارتداء
أ نظَّارات السلامة ب أحذية السلامة ج القفَّازات د الأقنعة
- ٣- يتعرَّض السِّبَّاك لخطر الحروق عند استخدام
أ مشعل البروبان ب السقالات ج نظَّارات السلامة د القفَّازات
- ٤- أفضل درجة حرارة لقتل الميكروبات الضارَّة في اللبن درجة مئوية.
أ ٤٠ ب ٦٠ ج ٨٠ د ٩٠
- ٥- تعود بدايات صناعة المُرَبَّى للوقت
أ الماضي ب الحاضر ج المستقبل د المعاصر
- ٦- النوع الأشدَّ خطورة من الحروق هو حروق الدرجة
أ الأولى ب الثانية ج الثالثة د البسيطة
- ٧- البكتيريا المستخدمة في تخمير اللبن لتصنيع الزبادي هي بكتيريا
أ حمض اللاكتيك ب السلمونيلا ج حمض الستريك د السكروز
- ٨- المُرَبَّى هي عبارة عن خليط من ثمار الفاكهة مضاف إليها
أ سكر ب ماء ج ملح د زيت
- ٩- تُسبب حروق الدرجة الأولى لـ بالإحمرار والألم.
أ الأدمة ب البشرة ج الطبقة الثالثة د الطبقة العميقة
- ١٠- عند الإصابة بحروق من الدرجة الثالثة يجب
أ وضع كريم للحروق ب استخدام علاجات منزلية ج طلب سيارة الإسعاف د معجون أسنان



الإجابات النموذجية

تشمل



- الإجابات النموذجية عن أسئلة «اختبر نفسك» في جميع الموضوعات.
- الإجابات النموذجية عن أسئلة الكتاب المدرسي على المحاور.
- الإجابات النموذجية عن تدريبات سلاح التلميذ على المحاور.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات سلاح التلميذ على المحاور.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات بعض المحافظات لشهري فبراير ومارس.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات سلاح التلميذ على الفصل الدراسي الثاني.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات بعض المحافظات للفصل الدراسي الثاني.

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- عند الإصابة بحروق الشمس من الضروري الاتصال بالإسعاف. ()
- ٢- ارتداء القفازات أمر غير ضروري للسباك. ()
- ٣- تُطهى الفاكهة وتُحلى لصنع المربى. ()
- ٤- يمكن تناول الزبادي كوجبة خفيفة. ()
- ٥- الأطعمة الصحيّة مُشبعة بالملح. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- لضمان عدم فساد المربى نقوم بـ البرطمانات.

أ كسر	ب رمي	ج تعقيم	د تبريد
-------	-------	---------	---------
- ٢- تحتوي المشروبات الغازية على كميات عالية من

أ الألياف	ب المعادن	ج البروتينات	د السكريات
-----------	-----------	--------------	------------
- ٣- زيت الزيتون من الزيوت

أ الضارة	ب المشبعة	ج الصحيّة	د المهدرجة
----------	-----------	-----------	------------
- ٤- أحد العاملين الأساسيين في المسرحية

أ الطبيب	ب المعلم	ج السباك	د المخرج
----------	----------	----------	----------
- ٥- يُعدّ التمريض مهنة أساسية في كل من

أ المصانع	ب المتاجر	ج المستشفيات	د جميع ما سبق
-----------	-----------	--------------	---------------

٣ أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(أشعة الشمس - المنزل - المهارات - الأزياء - فقر الدم)

- ١- يتطلّب اكتساب بعض الانخراط في مكان العمل.
- ٢- يجب إبعاد الزهور عن مباشرة.
- ٣- يُستخدم النسيج الملون في صناعة
- ٤- البرجر الجيد والصحيّ يُصنع في
- ٥- يتسبب نقص معدن الحديد في مرض



١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- عند حدوث حروق بسبب أشعة الشمس من الضروري أخذ حمام بارد. ()
- ٢- تحتوي الوجبات السريعة على جميع العناصر الغذائية. ()
- ٣- تشتمل المهارات الفنية على الإبداع والتفكير والمرونة. ()
- ٤- ارتداء الخوذات الواقية الصلبة ضروري في المواقع الصناعية. ()
- ٥- إضافة قليل من السكر في ماء الزهرية لحفظ الأزهار. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- عند علاج الحروق البسيطة يجب تجنب
 أ إزالة أي إكسسوارات
 ب غط منطقة الحروق
 ج استخدام معجون الأسنان
 د وضع مرهم الحروق
- ٢- يضاف لحفظ المربى.
 أ الفاكهة
 ب الخضراوات
 ج البكتين
 د حامض الستريك
- ٣- استهلاك المُلحّيات الصناعية يؤدي إلى زيادة
 أ المال
 ب الشهية
 ج الملح
 د العناصر الغذائية
- ٤- يجب قراءة المدونة على العبوات الغذائية.
 أ المجلات
 ب القصص
 ج العبارات
 د الكتب
- ٥- من مواصفات الأزهار المستخدمة في التنسيق أن تكون سيقانها
 أ متماسكة
 ب خفيفة
 ج رفيعة
 د قصيرة

٣) أكمل العبارات الآتية مما بين القوسين:

(المندي - قدماء المصريين - حامض اللاكتيك - لتمامسك - المكسرات)

- ١- يُستخدم البكتين قوام المربى.
- ٢- بفعل البكتيريا يتحوّل سكر اللاكتوز إلى في عملية تحضين لبن الزبادي.
- ٣- من أشهر الأكلات السيناوية طبق
- ٤- من بدائل الشيبسي.
- ٥- فنّ التطريز يعود إلى عهد



عن أسئلة المحور الثالث

الإجابات النموذجية

الموضوع الخامس (ص ٢٦)

- ١ - ١ (✓) - ٢ (X) - ٣ (✓) - ٤ (✓) - ٥ (X)
- ٢ - ١ (د) - ٢ (ج) - ٣ (د) - ٤ (ب) - ٥ (أ)
- ٣ - ١ - حمض الفوسفوريك ٢ - المفيدة ٣ - الغازية
- ٤ - ١ - الإصابة بالعديد من الأمراض مثل زيادة الوزن وأمراض القلب.
٢ - لأنها تؤثر على البكتيريا الموجودة في الجهاز الهضمي مما يؤدي لحدوث الأمراض.
٣ - أمراض القلب والسرطان.

الموضوع السادس (ص ٣٠)

- ١ - ١ (X) - ٢ (X) - ٣ (✓) - ٤ (✓) - ٥ (X)
- ٢ - ١ (ج) - ٢ (ب) - ٣ (أ)
- ٣ - ١ - السمينة ٢ - فقر الدم ٣ - الطاقة ٤ - الوجبات السريعة ٥ - الدهون
- ٤ - ١ - أمراض الكبد الدهني - سوء التغذية.
٢ - يوفر احتياجات غذائية لمراحل النمو المختلفة.

الموضوع السابع (ص ٣٥)

- ١ - ١ (✓) - ٢ (✓) - ٣ (✓) - ٤ (X) - ٥ (X)
- ٢ - ١ (أ) - ٢ (ج) - ٣ (د) - ٤ (ج)
- ٣ - ١ - المكسرات ٢ - الفول ٣ - المنزل ٤ - الألياف
- ٤ - ١ - تضيف نكهة ومذاقاً لذيذاً على الوجبات، مما يجعلها أكثر جاذبية.
٢ - تساعد في مقارنة القيمة الغذائية للمنتجات مما يسهل اتخاذ خيارات غذائية أفضل.

الموضوع الثامن (ص ٣٩)

- ١ - ١ (X) - ٢ (✓) - ٣ (X) - ٤ (✓) - ٥ (✓)
- ٢ - ١ (ج) - ٢ (ب) - ٣ (ج)
- ٣ - ١ - السياحة ٢ - المشهد ٣ - الإعداد ٤ - الأسلاك ٥ - الأزياء

الموضوع الأول (ص ١٠)

- ١ - ١ (X) - ٢ (X) - ٣ (✓) - ٤ (✓)
- ٢ - ١ (د) - ٢ (ب) - ٣ (أ) - ٤ (ج)
- ٣ - الحروق: وضع كريم حروق - تغطية منطقة الحرق.
- الصدمات الكهربائية: الاتصال بالإسعاف.
- عدم تحريك المصاب.
- إنعاش رئوي.
- ٤ - ١ - الإصابات التي تنتج عن التعرض للحرارة أو المواد الكيميائية أو التيار الكهربائي.
٢ - حروق الدرجة الثالثة لأنها تدمر جميع طبقات الجلد.

الموضوع الثاني (ص ١٥)

- ١ - ١ (✓) - ٢ (✓) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥ (✓)
- ٢ - ١ (ج) - ٢ (ب) - ٣ (ب) - ٤ (أ)
- ٣ - ١ (ج) - ٢ (أ) - ٣ (ب)
- ٤ - ١ - الحماية من الانزلاق والتعثر.
٢ - الحماية من تآثر السوائل وتساقط الحطام.

الموضوع الثالث (ص ١٩)

- ١ - ١ (✓) - ٢ (✓) - ٣ (X) - ٤ (✓)
- ٢ - ١ (ب) - ٢ (ج) - ٣ (أ) - ٤ (د)
- ٣ - ١ - الفيتامينات ٢ - السكر ٣ - المتعقنة ٤ - برطمانات
- ٤ - الترتيب: ١ - ٣ - ٢
- ٥ - ١ - كيلوجرام من السكر لكل كيلوجرام من الفاكهة.
٢ - يساعد على تماسك قوام المربى.

الموضوع الرابع (ص ٢٣)

- ١ - ١ (✓) - ٢ (X) - ٣ (✓) - ٤ (✓) - ٥ (X)
- ٢ - ١ (ب) - ٢ (ج) - ٣ (د) - ٤ (أ) - ٥ (ب)
- ٣ - ١ - الشرش ٢ - اللاكتوز ٣ - الزبادي ٤ - ٩٠ - ٣
- ٤ - ١ - بسبب انخفاض درجة حرارة التحضين.
٢ - بسبب استغراق فترة التحضين وقتاً طويلاً.
٣ - بسبب ارتفاع درجة حرارة التحضين وطول مدتها.



- ٧- لأنها توفر الاحتياجات الغذائية لكل مرحلة من مراحل النمو،
وتحتوي على نسبة عالية من الفيتامينات والألياف.
٨- عدم ترك أسلاك الإضاءة أو الميكروفون على الأرض لتجنب تعثر التلاميذ.

- إتقان تركيب الجدران والأبواب والنوافذ (الديكورات).
- عدم لمس مُعدّات الإضاءة إلا من قِبَل الفني المختص بذلك.
- اتّباع الممثلين التعليمات حول مكان الوقوف وكيفية التحرك لتجنب التعثر.

٢ اكتب: أجب بنفسك.

٣ فكر وأجب:

- ١- يجب اتّباع احتياطات السلامة عند إعداد الطعام وعند القيام بأعمال السباكة؛ لتجنب حدوث أي نوع من الإصابات الناتجة عن التعامل مع الحرارة (الحروق) أو مع الكهرباء.
٢- يستطيع السائحون الاستمتاع بالعديد من الأماكن في مصر، مثل: الشواطئ الساحلية، والأماكن الأثرية، والمتاحف.

٤ راجع وأجب: أجب بنفسك.

- ٥ يمكن التمتع بحياة صحيّة وسليمة عن طرق تناول الطعام والمشروبات الصحيّة.

تدريبات سلاح التلميذ المتنوعة

على المحور الثالث (ص ٤٧)

- ١- (✓) ١- (✓) ٢- (✓) ٣- (X) ٤- (✓)
٥- (X) ٦- (X) ٧- (✓) ٨- (X)
٩- (✓) ١٠- (X) ١١- (✓) ١٢- (✓)
١٣- (✓) ١٤- (X) ١٥- (X) ١٦- (✓)
١٧- (X) ١٨- (✓) ١٩- (X) ٢٠- (✓)
٢١- (X) ٢٢- (✓) ٢٣- (✓) ٢٤- (X)
٢- ١- (ب) ٢- (ج) ٣- (ج) ٤- (ب)
٥- (د) ٦- (أ) ٧- (ج) ٨- (د)
٩- (ج) ١٠- (ب) ١١- (د) ١٢- (أ)
١٣- (ب) ١٤- (د) ١٥- (ب)

- ١- عن طريق اتباعهم التعليمات حول مكان الوقوف وكيفية التحرك.
٢- لضمان عدم سقوطها وتسببها في إصابات.
٣- التعثر والسقوط.

الموضوع العاشر (ص ٤٥)

- ١- (X) ٢- (X) ٣- (✓) ٤- (✓) ٥- (X)
٦- (ج) ٧- (د) ٨- (ب) ٩- (د) ١٠- (د)
١١- صحي ١٢- الأدوية
١٣- الجراحة ١٤- السعال

٤- ١- اتّباع نمط حياة سليم وصحي من خلال:

- تناول طعام مغذي.
- ممارسة الرياضة.
- النوم لفترة كافية.
- التواصل مع العائلة.
٢- تجهيز المُعدّات والأدوات أثناء الجراحة وإعطائها إلى الجراحين خلال إجراء الجراحة.

إجابة أسئلة الكتاب المدرسي (ص ٤٦)

١ اقرأ وأجب:

- ١- إزالة أي إكسسوارات من منطقة الحرق.
- أخذ حُمام بارد.
- تغطية منطقة الحرق برفق ولقها بشاش.
- عدم لمس منطقة الحرق.
٢- عند التعرّض للأبخرة السامة أو التعرّض للأنياب الساخنة.
- عند التعامل مع الأسلاك الكهربائية.
- عند لحام الأنابيب بمشعل البروبان.
- عند استخدام السقّالات أو السلالم.
٣- تُعتبر المُرَبّي مصدرًا جيدًا للفيتامينات والأملاح المعدنية، ومصدرها الفاكهة أو الخضراوات.
٤- يتحوّل اللبن إلى زبادي نتيجة إضافة بكتيريا التخمر.
٥- الماء والعصائر الطبيعية غنيّة بالفيتامينات والمعادن الضرورية للجسم، بينما المشروبات الغازيّة تكون مليئة بالسكّر والمواد الكيميائية التي قد تضر بالصحة.
٦- لأن الوجبات السريعة تحتوي على نسبة عالية من السكّر والدهون، والكربوهيدرات، وتفتقر إلى الألياف، والفيتامينات، والأملاح المعدنية، الإكثار منها يسبّب العديد من الأمراض، مثل: السمنة، وفقر الدم، وسوء التغذية.

إجابة اختبارات سلاح التلميذ

على المحور الثالث (ص ٥٠)

الاختبار الأول

- ١- (X) ٢- (X) ٣- (X) ٤- (✓) ٥- (✓)
٢- (أ) ٣- (ب) ٤- (أ) ٥- (ب)
١- الأبخرة ٢- الستريك
٣- الهضمي ٤- سلمي

٤ يعوق عملية امتصاص الجسم للكالسيوم الضروري لصحة العظام.

الاختبار الثاني

- ١- (X) ٢- (X) ٣- (✓) ٤- (✓) ٥- (X)
٢- (ب) ٣- (أ) ٤- (د) ٥- (أ)
١- المنزل ٢- الإسعافات الأولية
٣- خشبية ٤- متخمّر
٤ تقلّل من مخاطر التعرّض وتُمنع من الانزلاق.

الاختبار الثالث

- ١- (✓) ٢- (X) ٣- (✓) ٤- (X) ٥- (✓)
٢- (ب) ٣- (أ) ٤- (أ) ٥- (ب)
١- البكتين ٢- الكالسيوم
٣- الدهون ٤- الفني المختص
٤ الأطعمة قليلة الدسم والملح، مثل الفشار أو المكسرات.

- ١- الكهربائية ٢- الحروق
٣- الأتعة ٤- البكتين
٥- الشرش ٦- الغازية
٧- الفسفوريك ٨- الدهون
٩- المشهد ١٠- للاختناق
١١- النساء ١٢- غرفة الطوارئ
١٣- أم المصريين

٤ ١- عندما يفقد المريض وعيه أو يجد صعوبة في التنفس.

٢- استخدام سلالم أو سقالات مناسبة.

٣- إبقاء اللهب على مسافة بعيدة عن الشخص وعن المواد القابلة للاشتعال.

٤- التسخين لدرجة حرارة ٩٠ درجة مئوية.

٥- يساعد على حفظ المُرَبّي.

٦- تؤدي لسوء التغذية وتوقف النمو لدى الأطفال.

٧- لمقارنة قيمتها الغذائية بالمعلبات الغذائية الأخرى.

٨- ارتفاع ضغط الدم ومرض السكري من الدرجة الثانية.

٩- الفاكهة المجففة أو البسكوت المدعم بالشوفان.

١٠- التأكد من وجود كل ما يحتاج إليه الفريق الجراحي أثناء الجراحة.

١١- لتجنّب التعرّض على المسرح.



عن أسئلة المحور الرابع

الإجابات النموذجية

الموضوع الخامس (ص ٧٤)

- ١ - (✓) - ٢ - (✓) - ٣ - (X) - ٤ - (X) - ٥ - (✓)
- ٢ - (ب) - ٣ - (أ) - ٤ - (ج) - ٥ - (د)
- ٣ - ١ - دعوات ٢ - الأرفف ٣ - كلمة
- ٤ - ١ - يعمل على الزيادة من إقبال العملاء. ٢ - يعمل على تفرد المنتج وتميزه.

الموضوع السابع (ص ٨٠)

- ١ - (✓) - ٢ - (X) - ٣ - (X) - ٤ - (X) - ٥ - (✓)
- ٢ - (ج) - ٣ - (أ) - ٤ - (ب) - ٥ - (د)
- ٣ - ١ - مشروعًا تجاريًا ٢ - القرى ٣ - عمل ٤ - موقعًا إلكترونيًا
- ٤ - ١ - إنشاء موقع إلكتروني لعرض تصاميم الفنانين وتسهيل الوصول إلى العملاء. ٢ - هو الشخص الذي يؤسس مشروعًا تجاريًا يقدم من خلاله منتجًا أو خدمة.

إجابة أسئلة الكتاب المدرسي (ص ٨١)

- ١ - المهارات الفنية: هي قدرات محددة وقابلة للقياس يمكن تعلمها واكتسابها، مثال: إتقان الحياكة.
- المهارات الشخصية: هي مهارات عامة قابلة للتطبيق في مختلف المجالات، مثل: التفكير التحليلي والإبداعي.
- ٢ - يراعى عند تنسيق الأزهار أن يكون هناك توافق بين لون وشكل وحجم الإناء مع شكل الأزهار، والتناسب بين حجم التنسيق والمكان الذي سيوضع به.
- ٣ - فوائد إعادة تدوير الملابس هي توفير الطاقة المستهلكة في إنتاج ملابس جديدة وتقليل المخلفات المتراكمة في البيئة.
- ٤ - عند تصميم الفانوس يجب مراعاة اختيار خامات يسهل التعامل معها واختيار تصميم بسيط لتنفيذه.
- ٥ - ترتيب البضائع بشكل فعال يساعد على استغلال مساحة العرض بشكل أفضل وإبراز جمال البضائع.

الموضوع الأول (ص ٥٨)

- ١ - (✓) - ٢ - (✓) - ٣ - (X) - ٤ - (X) - ٥ - (✓)
- ٢ - (ب) - ٣ - (ج) - ٤ - (ب)
- ٣ - ١ - العمل التطوعي ٢ - الوظائف المؤقتة ٣ - أماكن العمل ٤ - المهني
- ٤ - ١ - تتيح للتلميذ معرفة مدى توافق الوظيفة مع تطلعاته المهنية. ٢ - الصناعة والزراعة والأزياء والفنون.

الموضوع الثاني (ص ٦٢)

- ١ - (✓) - ٢ - (X) - ٣ - (✓) - ٤ - (✓) - ٥ - (X)
- ٢ - (ج) - ٣ - (ب) - ٤ - (د) - ٥ - (أ)
- ٣ - ١ - الكريستال ٢ - مائلاً ٣ - الأسبرين
- ٤ - ١ - توضع الأزهار بشكل متدرج في الطول. ٢ - السكر يمد الزهرة بالطاقة، والأسبرين يطيل عمر الزهرة.

الموضوع الثالث (ص ٦٦)

- ١ - (✓) - ٢ - (✓) - ٣ - (X) - ٤ - (X) - ٥ - (X)
- ٢ - (ب) - ٣ - (ج) - ٤ - (ب)
- ٣ - ١ - المصريين القدماء ٢ - المجلات ٣ - غرز ٤ - البطانية
- ٤ - ١ - استهلاك كميات كبيرة من الطاقة. - إنتاج مخلفات متراكمة تضر بالبيئة.
- ٢ - من اللوحات الجدارية، الأعمال الحرفية، والمفارش.

الموضوع الرابع (ص ٧٠)

- ١ - (✓) - ٢ - (✓) - ٣ - (✓) - ٤ - (X)
- ٢ - (ج) - ٣ - (أ) - ٤ - (ب)
- ٣ - ١ - (ب) - ٢ - (ج) - ٣ - (أ)
- ٤ - ١ - الضوء ٢ - مسدس الشمع ٣ - الغراء ٥ - لسهولة التعامل معه.

- ٥- تقليل استهلاك الطاقة وتقليل المُخلفات البيئية.
- ٦- من اللوحات الجدارية، الأعمال الحرفية، والمفارش.
- ٧- المنشآت، المثقاب، ومسدس الشمع.
- ٨- غرزة الفرع لتحديد التصميم وُغُرزة الحشو لملء الفراغات.
- ٩- ضوء يعمل بالبطارية.
- ١٠- يزيد من إقبال العملاء.
- ١١- تُكسب الخبرات لتنظيم الفعاليات في المستقبل.

إجابة اختبارات سلاح التلميذ

على المحور الرابع (ص ٨٥)

الاختبار الأول

- ١- (X) - ١ (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢- (ب) - ١ (ب) - ٢ (أ) - ٣ (د) - ٤ (ب) - ٥ (أ)
- ٣- ١- عرض ٢- توت عنخ آمون
- ٣- الرأسية ٤- كبيرة

٤- تصميم دعوات تُظهر مهارة الصانع وتصاميمه المختلفة.

الاختبار الثاني

- ١- (X) - ١ (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢- (ج) - ١ (ج) - ٢ (ب) - ٣ (ب) - ٤ (د) - ٥ (ج)
- ٣- ١- الزملاء ٢- إعادة تدوير
- ٣- مسدس الشمع ٤- الشخصية

٤- تسمح لمزيد من الضوء بالمرور وتجميل الفانوس.

الاختبار الثالث

- ١- (X) - ١ (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢- (ج) - ١ (ج) - ٢ (أ) - ٣ (د) - ٤ (ب) - ٥ (ب)
- ٣- ١- القماش ٢- الذهب
- ٣- أواني ٤- المهني

٤- تنظيم المساحة - استخدام الرفوف - إخفاء الفوضى - تدريب الموظفين.

٢- أجب بنفسك.

٣- أجب بنفسك.

٤- أجب بنفسك.

٥- التصميم الجذاب يؤدي دورًا محوريًا في تفرّد المنتج عن غيره، ويساعد على اكتساب ثقة العملاء.

إجابة تدريبات سلاح التلميذ المتنوعة

على المحور الرابع (ص ٨٢)

- ١- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٣- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٤- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٥- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٦- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٧- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٨- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٩- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ١٠- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ١١- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ١٢- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ١٣- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ١٤- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ١٥- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ١٦- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ١٧- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ١٨- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ١٩- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢٠- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢١- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢٢- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢٣- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢٤- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢٥- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢٦- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢٧- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢٨- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٢٩- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٣٠- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٣١- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٣٢- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٣٣- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٣٤- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٣٥- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٣٦- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٣٧- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٣٨- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٣٩- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٤٠- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٤١- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٤٢- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٤٣- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٤٤- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٤٥- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٤٦- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٤٧- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٤٨- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٤٩- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٥٠- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٥١- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٥٢- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٥٣- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٥٤- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٥٥- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٥٦- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٥٧- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٥٨- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٥٩- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٦٠- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٦١- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٦٢- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٦٣- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٦٤- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٦٥- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٦٦- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٦٧- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٦٨- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٦٩- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٧٠- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٧١- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٧٢- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٧٣- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٧٤- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٧٥- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٧٦- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٧٧- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٧٨- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٧٩- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٨٠- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٨١- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٨٢- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٨٣- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٨٤- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٨٥- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٨٦- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٨٧- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٨٨- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٨٩- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٩٠- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٩١- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٩٢- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٩٣- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٩٤- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٩٥- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٩٦- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٩٧- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٩٨- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ٩٩- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥
- ١٠٠- ١- (X) - ٢ (X) - ٣ (X) - ٤ (X) - ٥

١- المستحبات ٢- العمل التطوعي

٣- الشخصية ٤- السكر

٥- التيارات الهوائية ٦- المصريين القدماء

٧- المُخلفات ٨- الإضاءة

٩- القماش ١٠- ودية

١١- الرفوف ١٢- رأس المال

١٣- زراعة الفقراء ١٤- المجتمع

١٥- من خلال التعليم والتدريب المهني.

١٦- تساعد على تكوين علاقات اجتماعية وتعلّم مهارات جديدة من

خلال العمل مع الآخرين.

١٧- لأن الأوراق السفلية تتعفن بسرعة.

١٨- التنسيق المتناظر يكون الجانبان متشابهين في الألوان والأشكال.

١٩- والتنسيق غير المتناظر يكون الجانبان مختلفين في الألوان والأشكال.

٢٠- الأشكال.

إجابة اختبارات شهر مارس لبعض المحافظات
(ص ٩٧)

١ محافظة القاهرة

- ١- (✓) ٢- (✓) ٣- (X) ٤- (✓) ٥- (X)
١- (ج) ٢- (أ) ٣- (ج) ٤- (د) ٥- (ج)
٦- (د) ٧- (د) ٨- (ب) ٩- (ب) ١٠- (أ)

٢ محافظة الشرقية

- ١- (ج) ٢- (د) ٣- (ج) ٤- (ب) ٥- (ج)
٦- (ب) ٧- (ب) ٨- (ب) ٩- (أ) ١٠- (د)
١- (X) ٢- (✓) ٣- (X) ٤- (X) ٥- (✓)

٣ محافظة سوهاج

- ١- (X) ٢- (X) ٣- (✓) ٤- (✓) ٥- (X)
٦- (✓) ٧- (✓) ٨- (✓) ٩- (X)
١- (ب) ٢- (ب) ٣- (ب)
٤- (ج) ٥- (أ) ٦- (ج)

إجابة اختبارات شهر فبراير لبعض المحافظات
(ص ٩٤)

١ محافظة القاهرة

- ١- (د) ٢- (أ) ٣- (ب) ٤- (ب) ٥- (ج)
٦- (د) ٧- (د) ٨- (د) ٩- (ب) ١٠- (ج)
١١- (ج) ١٢- (ب) ١٣- (أ) ١٤- (ب) ١٥- (أ)

٢ محافظة الجيزة

- ١- (✓) ٢- (✓) ٣- (✓) ٤- (✓) ٥- (X)
١- (د) ٢- (ب) ٣- (أ) ٤- (أ) ٥- (ب)
٣- (بشرة) ٢- (الكيميائية)
٣- (الحروق) ٤- (خشبية)
٥- (التنفس)

٣ محافظة الغربية

- ١- (أ) ٢- (أ) ٣- (ج) ٤- (د)
١- (✓) ٢- (X) ٣- (X) ٤- (X)
١- يساعد على تماسك المُرَبَّى.
٢- للحماية من السقوط من الأماكن المرتفعة.

الاختبارات سلاح التلميذ

على الفصل الدراسي الثاني



الإجابات النموذجية

الاختبار السادس (ص ١٠٥)

- ١ - (X) - ٢ - (✓) - ٣ - (✓) - ٤ - (✓) - ٥ - (✓)
- ٢ - (ج) - ٢ - (د) - ٣ - (د) - ٤ - (ب) - ٥ - (ج)
- ٣ - ١ - الصعقات الكهربائية - ٢ - الشخصية
٣ - غير المتناظر - ٤ - الهضمي
- ٤ - السبب طول فترة التحضين.

الاختبار السابع (ص ١٠٦)

- ١ - (X) - ٢ - (X) - ٣ - (X) - ٤ - (X) - ٥ - (✓)
- ٢ - (د) - ٢ - (ب) - ٣ - (ج) - ٤ - (ب) - ٥ - (ج)
- ٣ - ١ - الدافئ - ٢ - المستشفيات
٣ - التحضين - ٤ - المهني
- ٤ - شخص متخصص في الرعاية الصحية مع التركيز على مجال التغذية والحالات الصحية المرتبطة بها.

الاختبار الثامن (ص ١٠٧)

- ١ - (✓) - ٢ - (✓) - ٣ - (X) - ٤ - (X) - ٥ - (✓)
- ٢ - (ب) - ٢ - (ب) - ٣ - (أ) - ٤ - (د) - ٥ - (ب)
- ٣ - ١ - التنفس - ٢ - الوزن
٣ - الحبوب الكاملة - ٤ - السكريات
- ٤ - الاحتفال بشهر رمضان.

الاختبار التاسع (ص ١٠٨)

- ١ - (✓) - ٢ - (✓) - ٣ - (✓) - ٤ - (X) - ٥ - (X)
- ٢ - (أ) - ٢ - (ب) - ٣ - (أ) - ٤ - (أ) - ٥ - (ج)
- ٣ - ١ - الفني - ٢ - الذهب
٣ - التطوعي - ٤ - النظارات
- ٤ - تصبح نكهة المُرَبَّى غير حلوة بدرجة كافية.

الاختبار العاشر (ص ١٠٩)

- ١ - (✓) - ٢ - (X) - ٣ - (✓) - ٤ - (X) - ٥ - (✓)
- ٢ - (ب) - ٢ - (ج) - ٣ - (أ) - ٤ - (د) - ٥ - (ب)
- ٣ - ١ - فقر الدم - ٢ - السياحة
٣ - الزراعة - ٤ - الأدمة
- ٤ - العلامة التجارية، والشعار، ومواعيد المعارض.

الاختبار الأول (ص ١٠٠)

- ١ - (✓) - ٢ - (✓) - ٣ - (✓) - ٤ - (✓) - ٥ - (X)
- ٢ - (ب) - ٢ - (ج) - ٣ - (د) - ٤ - (ج) - ٥ - (د)
- ٣ - ١ - التسخين - ٢ - المرأة
٣ - التطريز - ٤ - الإضاءة
- ٤ - البحث عن صور للتصميمات عبر الإنترنت.

الاختبار الثاني (ص ١٠١)

- ١ - (X) - ٢ - (X) - ٣ - (X) - ٤ - (✓) - ٥ - (✓)
- ٢ - (ب) - ٢ - (ب) - ٣ - (د) - ٤ - (ج) - ٥ - (ج)
- ٣ - ١ - المتعفنة - ٢ - أخصائي التغذية
٣ - السريعة - ٤ - المنتصف
- ٤ - تُجَدُّ من قدرة الجسم على معالجة السكر وبالتالي تجعل امتصاص العناصر الغذائية الأساسية أكثر صعوبة.

الاختبار الثالث (ص ١٠٢)

- ١ - (X) - ٢ - (X) - ٣ - (X) - ٤ - (✓) - ٥ - (✓)
- ٢ - (ج) - ٢ - (ب) - ٣ - (أ) - ٤ - (د) - ٥ - (د)
- ٣ - ١ - الحروق - ٢ - المخلفات
٣ - الكلك - ٤ - للكالسيوم
- ٤ - لحماية الممثلين من التعثر والسقوط.

الاختبار الرابع (ص ١٠٣)

- ١ - (X) - ٢ - (X) - ٣ - (✓) - ٤ - (✓) - ٥ - (✓)
- ٢ - (أ) - ٢ - (ج) - ٣ - (د) - ٤ - (ب) - ٥ - (ب)
- ٣ - ١ - ٢٥٪ - ٢ - الغذائية
٣ - غُرز - ٤ - الرياضة
- ٤ - الطبقة الخارجية (البشرة) والطبقة الثانية من الجلد (الأدمة).

الاختبار الخامس (ص ١٠٤)

- ١ - (X) - ٢ - (✓) - ٣ - (X) - ٤ - (X) - ٥ - (X)
- ٢ - (ب) - ٢ - (ج) - ٣ - (د) - ٤ - (ب) - ٥ - (أ)
- ٣ - ١ - مشعل برويان - ٢ - اللاكتوز
٣ - المجففة - ٤ - رأس المال
- ٤ - لأنها تقدم الطعام بأسعار مناسبة.

لاختبارات المحافظات على الفصل الدراسي الثاني

الإجابات
النموذجية



محافظة المنيا (ص ١١٦)

٧

- ١- (X) - ٢- (✓) - ٣- (X) - ٤- (✓) - ٥- (✓)
٢- (ب) - ٣- (ج) - ٤- (أ) - ٥- (ج)
٣- الزائرة الصحيّة - ٤- مصيدة المياه
٥- يحافظ

محافظة أسيوط (ص ١١٧)

٨

- ١- (X) - ٢- (X) - ٣- (✓) - ٤- (✓) - ٥- (X)
٢- (ج) - ٣- (د) - ٤- (د) - ٥- (ج)
٣- المهارات - ٤- أشعة الشمس
٣- الأزياء - ٤- المنزل
٥- فقر الدم

محافظة سوهاج (ص ١١٨)

٩

- ١- (✓) - ٢- (X) - ٣- (X) - ٤- (✓) - ٥- (X)
٢- (ج) - ٣- (د) - ٤- (ج) - ٥- (أ)
٣- لتمامك - ٤- حامض اللاكتيك
٣- المندي - ٤- المكسرات
٥- قدماء المصريين

محافظة أسوان (ص ١١٩)

١٠

- ١- (X) - ٢- (X) - ٣- (✓) - ٤- (X) - ٥- (X)
٢- (د) - ٣- (أ) - ٤- (د) - ٥- (أ)
٦- (ج) - ٧- (أ) - ٨- (أ) - ٩- (ب) - ١٠- (ج)

محافظة القاهرة (ص ١١٠)

١

- ١- (X) - ٢- (✓) - ٣- (✓) - ٤- (X) - ٥- (✓)
٢- (أ) - ٣- (ب) - ٤- (أ) - ٥- (ج)
٦- (أ) - ٧- (ج) - ٨- (ج) - ٩- (د) - ١٠- (أ)

محافظة الجيزة (ص ١١١)

٢

- ١- (✓) - ٢- (✓) - ٣- (X) - ٤- (X) - ٥- (X)
٢- (ج) - ٣- (ب) - ٤- (ج) - ٥- (د)
٣- حمض الفسفوريك - ٤- كريم الحروق
٣- فقر الدم - ٤- المشهد
٥- إنعاش قلبي

محافظة القليوبية (ص ١١٢)

٣

- ١- (ب) - ٢- (د) - ٣- (ب) - ٤- (ب) - ٥- (أ)
٦- (د) - ٧- (ب) - ٨- (ج) - ٩- (ج) - ١٠- (ب)
١١- (ب) - ١٢- (ب) - ١٣- (ج) - ١٤- (أ) - ١٥- (أ)

محافظة الإسكندرية (ص ١١٣)

٤

- ١- (أ) - ٢- (ج) - ٣- (د) - ٤- (ج) - ٥- (ب)
٦- (أ) - ٧- (ج) - ٨- (أ) - ٩- (أ) - ١٠- (ب)
١١- (ب) - ١٢- (ب) - ١٣- (أ) - ١٤- (د) - ١٥- (أ)

محافظة المتوفية (ص ١١٤)

٥

- ١- (ب) - ٢- (ب) - ٣- (ج) - ٤- (أ) - ٥- (أ)
٦- (ب) - ٧- (ج) - ٨- (ج) - ٩- (ج) - ١٠- (ج)
١١- (ب) - ١٢- (ج) - ١٣- (أ) - ١٤- (ج) - ١٥- (د)

محافظة السويس (ص ١١٥)

٦

- ١- (د) - ٢- (د) - ٣- (ب) - ٤- (ج) - ٥- (أ)
٦- (د) - ٧- (ج) - ٨- (د) - ٩- (ج) - ١٠- (د)
١١- (ج) - ١٢- (د) - ١٣- (د) - ١٤- (د) - ١٥- (أ)